
மங்கையர் மலர்
MANGAYAR MALAR
பிப்ரவரி '86
விலை ரூ: 3/–



சலவை தோறும் பொலிவு... சலவைக்கு சலவை... பவர் பேக்டு ஸர்ஃப் புத்தாடைபோல் வெண்மை பொலிய வெளுக்கிறது!

வெளுக்கும் ஒவ்வொரு சட்டைக்கும், ஒவ்வோர் ஆடைக்கும் வெண்மை மிடுக்கு, புதுமைக் கருக்கு-அளிக்குது பவர் பேக்டு ஸர்ஃப். அன்றன்றே வாங்கி அணிவது போல் என்றென்றும்...கோடித் துணிபோல் கோலப் புதுமை.

இதுவரை இல்லாத ஏற்றமான சக்தி செறிந்து வருகுது பவர் பேக்டு ஸர்ஃப்... பேராற்றல் மிகுந்தது. பேணிக் காப்பதில் உயர்ந்தது. ஆழ ஊடுருவித் துப்புரவாக்கும் சக்திபடைத்தது! அடைந்திராத அமோகமான நுரைவளம் மிகுந்தது.

விடாத அழுக்கையும் விரட்டியடிக்கும், வெண்மையினை வாழ்விக்கும், காலமெல்லாம் துணிப் புதுமை காக்கும்.

வெண்ணிறமோ, வர்ணமோ...விசேஷத் துணிகள், அன்றாடத் துணிகள் எல்லாமே ஒளிமிளிரும் ஒப்பற்ற வெள்ளைவெளேர்... ஸர்ஃப் சலவையிலே...நித்தமும் நிலைபெறுமே புத்தாடைக் களையுடனே.

சலவைப் பவுடர்கள் பல்நூறு இருக்கலாம், ஆனால் உங்கள் குடும்பத் துணிகளுக்கு நம்பிக்கையானது ஸர்ஃப் ஒன்றுதான்... ஸர்ஃப் அன்றி வேறில்லை.

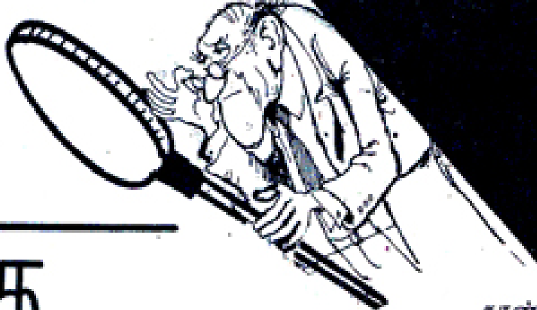


ஸர்ஃப் சலவை: ஒப்பற்ற வெள்ளைவெளேர், சகல துணிகளுக்கும் புதுமை ஜோர்!

ஹிந்துஸ்தான் லீவரின் தரமான தயாரிப்பு. LINTAS SU 331 2517 TM

1986-ம் ஆண்டு எப்படி இருக்கும்?

குரு பெயர்ச்சியால் ஏதேனும் நன்மை உண்டா?



குரோதன ஆண்டு மார்கழி 16 ஆம் தேதி செவ்வாய்க்கிழமை, கிருஷ்ணபட்சம், மகம் நட்சத்திரம், சிம்மராசியில், கன்னியா லக்னத்தில் 1986 ஆம் ஆண்டு நள்ளிரவு 12 மணிக்கு சித்த யோகம் கூடிய சுப நாளில் பிறந்தது. குரோதன ஆண்டு தை மாதம் 11 ஆம் தேதி வெள்ளிக்கிழமை சுக்லபட்சம், சதுர்த்தசி, புனர்பூசம், சுபநாளில் சித்த யோகம் உதயாதி 27—45 க்குக் கும்ப ராசியில் அவிட்டம் 3 ஆம் பாதம், குரு பிரவேசம். மேற்கண்ட 2 ஜாதக அமைப்புகளின்படி பலாபலன்கள் கீழ்க்கண்டவாறு உள்ளன.

சுக்ரனின் (6) ஆதிக்கம் 1986 = 1 + 9 + 8 + 6 = 24 = 2 + 4 = 6 ல் ஆண்டு அமைவதால் சினிமாத்துறை, இயல், இசை, நாடகம், பஸ், லாரி, ரயில் போக்குவரத்துத் துறை, பத்திரிகைத் தொழில், ஹோட்டல்கள் பால்வளத்துறை, நகை, ஜவுளி, அரசுப் பணிகள், அரிசி, உப்பு, சர்க்கரை, ஜோதிடம், சமூக சேவை, வாகனம், பொன், வைர வியாபாரம், கட்டிடம் போன்ற சகல விதமான தொழில்களும் சிறக்கும். மழை நன்கு பெய்யும். தானிய உற்பத்தி பெருகும். கரும்பு, மொச்சை, தானியங்கள் நன்கு லாபம் அளிக்கும்.

தவறான வழிகளினால் கரு உற்பத்திக் குறையும். பெண்களுக்கு நல் ஒழுக்கம் ஏற்படும். தெய்வ பக்தி கூடும். கோயில்களில் பெண்கள் கூட்டம் அதிகமாகும். தெய்வ ஆராதனைகள் பெண்களால் நடக்கும். பள்ளி; கல்லூரி ஆசிரியர்கள் நல்ல முன்னேற்றம் காண்பார்கள். பல்துறை சினிமா கலைஞர்களுக்கு 1986 மிக இனிப்பான ஆண்டே!

இயந்திர சாதன உற்பத்திகள் பெருகிவிடும். அரசியல் தலைவர்களுக்குப் பலத்த பாதுகாப்புகள் ஏற்படக்கூடும். வால் நட்சத்திரம் இந்த ஆண்டு தோன்றுவதால் மனித உறவுகள் சுமுகமில்லை. பொருளாதாரம் மிகவும் பாதிக்கப்படும். விலைவாசி ஏற்றம் மக்களுக்குத் தொல்லை தரும். வாழ்க்கை நடத்துவதில் அதிகம் சிரமம் ஏற்படும். ஆட்சியாளர்களால்சமாளிக்கப்பட்டுவிடும். ஜனங்களுக்கு ஜீவன சௌக்கியம் ஏற்பட்டு நல்ல முன்னேற்றம் காணும்.

கலைஞர்களுக்கு நல்ல மதிப்பும், பரிசும், கௌரவமும் ஏற்பட்டு விடும். ஸ்திரீகளின் துராசாரம் குறைந்து தெய்வ பக்தி ஏற்படும். எய்ட்ஸ் நோய் ஏற்பட்டுப் பாதிப்பும் சிலருக்கு உண்டு.

உலகத் தலைவர்களிடையே மிகுந்த ஒற்றுமையும் காணப்படும். இலங்கை இந்தியா பிரச்னை தீராது. யுத்தம் ஏற்பட்டுவிடும். தமிழர்களின் சேதம் அதிகரித்துக்கொண்டே போகும். பஞ்சாப், அஸ்ஸாம் பிரச்னைகளும் இந்தியாவுக்குத் தொடர்ந்து தொல்லை தரும்.

திருட்டு, கொலை, கற்பழிப்பு போன்ற சம்பவங்கள் நாட்டில் அதிகரித்து மக்களுக்கு நிம்மதி இல்லை எனலாம். அரசு அமைப்பில் சில மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுவிடும். பெண்கள் டி. வி. வீடியோ போன்ற நிகழ்ச்சிகளில் அதிகம் ஈடுபடுவர். காபரே நடனம், செக்ஸ் சினிமா, ப்ளூ பிலிம் கண்டு இளைஞர்கள் படிப்பு பாதிக்கப்படும்.

கணிப்பு: ஜோதிட பூஷணம்
கே. வெங்கடராமன்.

நட்புடன்



"எனக்கு இப்போது இந்த சினிமாவிலிருந்து வரும் வருமானம்தான். அதனால என்னுடைய வருமானம் ஒரே சீரா இருக்கணும்னு நினைக்கிறேன். நான் ஆசைப்பட்டா போறுமா? தயாரிப்பாளர்களும், சினிமா ரசிகர்களும் ஆசைப்பட வேணுமா?"

எனச் சிரிக்கிறார் ஜெய் சங்கர்.

"...ஆனா இன்னிக்கும் நான் பிரபலத்தை இழந்துடலைங்கறதுக்குச் சாட்சி கையில பதினைஞ்சு படங்கள் இருக்கு. பல படங்கள்ள ஹீரோவா நடிக்கிறேன்..."

'ஹீரோ'வா...?"

"புரியுது. நான் காலேஜ் மாணவனா நடிக்கலேம்மா, பயப்படாதீங்க. நானும் விஜயாவும் 'ஜோதிமலர்'ங்கிற படத்துல கொஞ்சம் இளமையாவும், நிறைய முதிய தம்பதிங்களாகவும் நடிக்கிறோம். ஒரு வயசான அந்தத் தம்பதிகளை மெயினா வச்சுத்தான் அந்தப் படம்..."

"பல படங்கள்ள வில்லனா நடிக்கிறீங்களே... உங்க ரசிகர்கள் அதை ரசிக்கிறாங்களா...?"

"இல்லைன்னுதான் சொல்லணும். அதுவும் டீ. வி. இப்ப ரொம்பப் பாபுலரா இருக்கு. அதுல படத்தைப் பார்த்துட்டு ரொம்பக் கோவமாப் பேசறாங்க. அதனாலேயே நான் 'அவாய்ட்' பண்றேன். அப்படியும் ரொம்ப வற்புறுத்தறப்ப நடிச்சுடறேன். என்ன பண்றது?

இந்தக் கனிந்த மனமும், நட்புரிமையுடன் அனைவரிடமும் — லைட்பாய் முதல் புரொட்யூசர் வரை — பழகும் தன்மைக்காகவுமே ஜெய்சங்கர் பிரபலமானவர்.

'ஜெய்' என்று 'நண்பர்களால் செல்லமாக அழைக்கப்படும் ஜெய்சங்கர், சினிமாத் துறையில் நுழைந்தபோது கதாநாயகர்கள் 'பந்தா'வுடன் இருந்த காலம். ஹீரோ என்றால் பத்துப் பேர் சுற்றிவர, பவ்யமாக மற்றவர்கள் வணங்கி நிற்க, 'அண்ணாச்சி' எனப் புகழ் மாலை சாற்ற பவனி வந்த நிலையில், 'ஹலோ' எனக் கைகுலுக்கியவர் ஜெய்சங்கர். எல்லோருடனும் நட்புடன் பழகியவர். தன்னால் முடிந்த உதவிகளை அனைவருக்கும் செய்தவர்.

"நீங்கள் எப்படி இந்த மாதிரி எல்லோருடனும் இப்படிப் பழகுகிறீர்கள்...?" எனக் கேட்டேன்.

"இது என்னோட அப்பாவிடம் இருந்து வந்த குணம்தான்னு சொல்லணும். அவர் ஓர் அற்புதமான குணம் உடையவர். ரொம்ப நல்லவர். நிறைய ஏமாந்திருக்கிறார். என்னிடம் ஏதாவது நல்ல குணங்கள் இருக்கணும்னா அது அவரிடமிருந்து வந்த பாதிப்புன்னுதான் சொல்லணும்..."

"உங்கப்பாவோ, மற்றவர்களோ நீங்க சினிமாத் துறைக்கு வந்ததைப் பற்றி ஆட்சேபணை தெரிவிக்கலையா...?"

"இல்லை. நான் சின்ன வயசிலேருந்து நாடகங்கள்ள ரொம்ப ஆர்வம் உடையவனா இருந்தேன். திருநெல்வேலி பிறந்த ஊர்னாலும், வளர்ந்தது பூரா மெட்ராஸ்தான். இங்கே அதற்கான வாய்ப்புக்கள் அதிகம். பத்தாவது படிக்கும்போது நாடகம் எழுதி, கொஞ்சம் பையன்களோட சேர்ந்து டிராமா போடுவேன். பெரியவர்களையெல்லாம் கெஞ்சிக் கூத்தாடி டிராமா பார்க்க அழைத்து வருவோம்.

எனக்கு நல்லா ஞாபகம் இருக்கு. ஊரிலிருந்து வந்த பெரியப்பா, 'போடா எனக்கு ரொம்ப 'டயர்டா' இருக்கு'ன்னு சொன்னவரைக் கூட விடாமல் இழுத்துக் கொண்டு வந்து டிராமாப் போட்டுக் காண்பித்தோம்.

விவேகானந்தாவில் படிக்கிறப்ப சோ, நான் எல்லோரும் டிராமாவில் நுழைய

—மஞ்சுளா ரமேஷ்

முயற்சி செய்து கொண்டிருந்தோம். எப்படியோ ஓர் அமெச்சூர் நாடகக் குழுவில் சேர்ந்து கொண்டேன். நம் கைக்காசு செலவு செய்து கொண்டு போய் நடித்துவிட்டு வர வேண்டும்.

அதுவே வளர்ச்சியடைந்து, திரும்பி இரவு வீடு வந்து சேர டாக்ஸி ஏற்பாடு செய்தது எங்களுக்குப் பெரிய விஷயம். டிராமா முடித்து விட்டு சாந்தா பவனில் டிபன் சாப்பிட்டுவிட்டு மயிலாப்பூர் பக்கம் போகிறவர்களுக்கு ஒரு டாக்ஸி, திருவல்லிக்கேணிக்குச் செல்கிறவர்களுக்கு ஒரு டாக்ஸி என ஏற்பாடு செய்வார்கள்.

பத்திரிகையில் எங்களைப் பற்றி ஒரு வார்த்தை நாடக விமரிசனம் போட்டு விட்டால், எங்களைப் பிடிக்க முடியாது. அவ்வளவு சந்தோஷப்படுவோம்...

''அப்புறம் எப்படி சினிமாத் தொழிலில் நுழைந்தீர்கள்...''

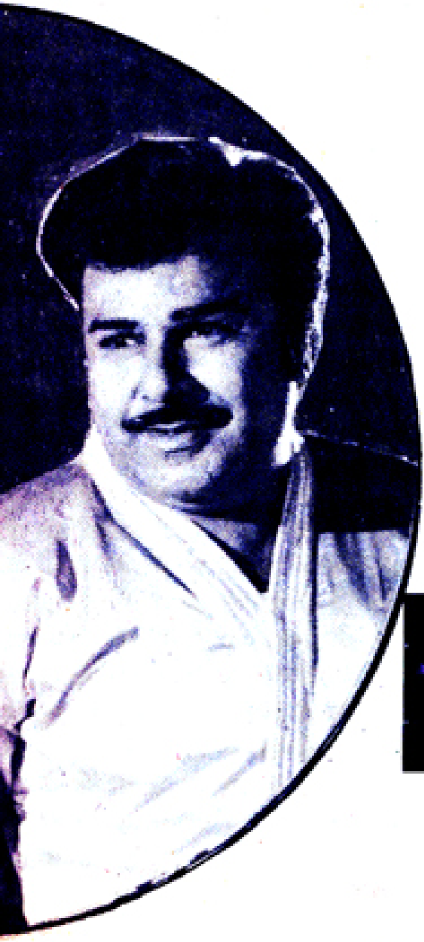
அப்படி ஒரு அமெச்சூர் டிராமாவைப் பார்க்க வந்த நாகிரெட்டி, 'நிச்சயம் இந்த சங்கர் ஒருநாள் வெள்ளித் திரையில் மின்னுவார்' என்றார். தனக்குத் தெரிந்த இரண்டு மூன்றுதிரைப்படக்கம்பெனிகளிலும்சொன்னார். அப்பொழுதே நான் பெரிய கதாநாயகன் ஆகிவிட்டது போலப் பெருமை. ஆனால் நடையாய் நடந்ததுதான் மிச்சம். அந்தத் தெரிந்த தயாரிப்பாளர் கொடுத்த துணைக் கதாநாயகன் வேடத்தில் நடித்தேன். படம் ரொம்பத் தாமதமாக முடிந்தது. ரிலீஸான பின் ஒன்றும் வெற்றியடையவில்லை.

இதெல்லாம் ஒன்றும் தேறாது என்று தெரிந்தவர்கள் மூலமாக டெல்லியில் வேலை வாங்கிக் கொண்டு போனேன். ஒரு வருடம் கூட அங்குக் குப்பைக் கொட்டவில்லை. வேலை பிடிக்காமல் ராஜினாமா செய்து விட்டு வந்துவிட்டேன்.

திரும்பவும் சென்னை வாசம். ஈ. வி. கிருஷ்ணய்யர் ஆதரித்தார். ஏதோ வேலை செய்து கொண்டிருந்தேன். நாங்கள் இருந்த வீட்டிற்குப் பககதது வீட்டிற்கு டி. ஆர். பாப்பா வருவார். அவர் என் மீது கரிசனம் வைத்து சிட்டாடல் கம்பெனிக்கு என்னை அழைத்துக்கொண்டு போனார். அங்கேயும் எனக்கு வாய்ப்புக் கொடுத்துள்ளார்கள்.

அப்போதுதான் கடைசியாக முடிவெடுத்தேன். ''இந்தப் படம் வெற்றியானால் இங்கே இருப்பது இல்லையென்றால் நிரந்தரமாக சினிமாவை மறந்துவிட்டு வேறு வேலைக்குப் போய் விடுவது' எனத் தீர்மானித்தேன். அப்படி வந்ததுதான் 'இரவும் பகலும்.' அது நன்றாக வெற்றிபெற்று ஓடியது. என் சினிமா வாழ்க்கை ஆரம்பமாகியது.

ஆயிற்று 1965ல் சினிமாத்துறையில் நுழைந்தேன். இந்த இருபத்தியொரு வருட வாழ்க்கையில் சிவாஜி சாருக்கு அடுத்தபடியாக 'பிஸி' யாக இருந்தவன் என்ற பெருமை எனக்குண்டு. எல்லாக் கதாநாயகிகளோடும் நடித்திருக்கிறேன். முன்னணிக் கதாநாயகர்களோடும் படம் செய்திருக்கிறேன். எம். ஜி. ஆரோடு ஒரே ஒரு படம் ஒப்பந்தமானது.





ஒரு ஜெய்

ஆனால் அந்தச் சமயம் எம். ஜி. ஆர்., சரோஜா தேவி, நான், நாகேஷ் எல்லோருமே பிஸி. அதனால் அந்தப் படம் சரியாக வர வில்லை...''

''அந்த பிஸியான நாட்களில்தான் உங்களுக்கு திருமணம் நடந்தது இல்லையா... ஆமா, உங்க மனைவி எந்த நிகழ்ச்சிகளிலும் கலந்து கொள்வதில்லையே...

''நிஜம்தான். அவள் ரொம்ப 'ரிஸர்வ்ட்' டைப். பங்க்ஷன்களில் கலந்து கொள்வதில்லை. 69 ல் கல்யாணம். ரெண்டு பையன்கள், ஒரு பெண் என என்னுடைய தனிப்பட்ட வாழ்க்கை அமைதியா நடந்துக் கிட்டிருக்கு...''

அவருடைய மனைவி கீதாவைப் பார்த்துப் பேசியபோது நம்பவே ஆச்சரியமாக இருந்தது. இந்தப் பெண்ணிற்கா + 1 படிக்கும் பையன் இருக்கிறான் என்று. அத்தனை இளமையாக அழகாக இருக்கிறார் கீதா. அவரை 'ஏன் நீங்க வெளியவே காணறதில்லே?'' எனக் கேட்டபோது அடக்கமாகச் சிரித்தார்.

''எங்க எனக்கு இதற்கெல்லாம் நேரம் இருக்கிறது? கல்யாணம் ஆனவுடன் வரிசையாகக் குழந்தைகள். அவர்களை வளர்த்தாச்சு. அப்புறம் இப்போது படிப்பு. இதுவே சரியா இருக்கும். சொந்தக்காரங்க கல்யாணம் அப்படி இப்படி தவிர்க்கவே முடியாதவற்றிற்குத்தான் போறேன்...'' என்றார்.

''இவ்வளவு ரிசர்வ்டா இருக்கீங்க. உங்க கணவர் நடிகர்ங்கறதிலே நீங்க என்ன மாதிரி ஃபீல் பண்றீங்க?''

''இவர் பிரபலமா இருக்கிறதிலே பெருமைதான். ஆனா அதுக்காக நான் கல்யாணம் பண்ணிக்கலே. திருமணத்துக்கு முன்னமேயே அவர் எங்களோட குடும்ப நண்பர். அதனால் அப்பா அம்மாவா பாத்து வச்சுப் பண்ணாங்க...''

''நீங்க நிறைய சமூக சேவை செய்யறீங்க... இப்ப கூட ஒரு விழா நடத்தி டொனேஷன் 'கலெக்ட்' பண்ணினீங்க இல்லையா?'' என ஜெய்சங்கரைக் கேட்டேன்.

''ஆமா, ரொம்பப் பிஸியா இருந்த நாட்கள்ள நிறையப் பண்ணிட்டிருந்தேன். இப்ப நானே கொஞ்சம் கொறச்சுக்கிட்டேன்னு தான் சொல்லணும். ஆனாலும் இங்க 'மெர்ஸி ஹோம்' என்னை ரொம்பக் கவர்ந்தது. ஏ.வி.எம். சரவணன் 'ஷெரீப்' ஆனப்ப அங்க அழைச்சுப் பாராட்டு விழா நடத்தினேன். பல நடிகைகளைக் கூப்பிட்டிருந்தேன். அங்க வந்து பார்த்து, அங்க இருக்கற



படங்கள் உதவி: ஏ.வி.எம்.



GLC.203.12 Tam

டெபாசிட்தாரர்களுக்கு உயர்ந்த வருமானத்தையும், பாதுகாப்பையும் இணைந்து வழங்குவது

ஜெயசக்தி பைனான்சியர்ஸ்

(சென்னை)

A LEADING HIRE PURCHASE FINANCIERS

கவர்ச்சிகரமான வட்டி விகிதங்களில்
பிக்சட் டெபாசிட்டுகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன

1-வருடம்	2-வருடங்கள்
18%	19%

3-வருடங்கள்	5-வருடங்கள்
20%	24%

குறைந்த பட்ச டெபாசிட் ரூ 5000/- ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். ரூ 10,000/-க்கு மேல் டெபாசிட் செய்யும் ஒவ்வொரு டெபாசிட்-தாரர்களுக்கும் ஊக்க போனஸாக 2% கூடுதல் வட்டி வழங்கப்படும்

உங்கள் டெபாஸிட்டுகளை அனுப்பும் முகவரி:

சென்னை : 39, நடேசன் தெரு, (2 வது மாடி)
சிவா — விஷ்ணு கோயில் அருகில்,
உஸ்மான் ரோடு, தி.நகர், சென்னை — 600 017
போன்: 4 4 2218/4 4 7 186.

பெங்களூர் : 24/1-A, மார்கோஸா ரோடு, (10 வது கிராஸ்),
மல்லேஸ்வரம், பெங்களூர் — 560 003. போன்: 366971.

திருச்சி : 22, மதுரை ரோடு, (முதல் மாடி) ராஜா தியேட்டர் அருகில்,
திருச்சிராப்பள்ளி — 620 008. போன்: 31376/29772.

பாண்டிச்சேரி : 11, [illegible] தெரு, (கனரா வங்கி எதிரில்) 2 வது மாடி,
பாண்டிச்சேரி — 605 001. போன்: 64 93.

தஞ்சாவூர் : எண்: 2 & 3 முதல் மாடி, ஜி. ஏ. கனல் ரோடு,
தஞ்சாவூர் — 613 001. போன்: 1626.

திருவண்ணாமலை : 14/A, ஆனைக்கட்டி தெரு, திருவண்ணாமலை — 606 001.
போன்: 24 83.

பட்டுக்கோட்டை : 121, தலையாரி தெரு, பட்டுக்கோட்டை — 614 601.
போன்: 453.

கோயமுத்தூர் : 666, ராஜா தெரு, (முதல் மாடி) சாரதா காம்ப்ளெக்ஸ்,
கோயமுத்தூர் — 641 001. போன்: 34 369.

மதுரை : 4 1, வடக்கு வெளி வீதி, (முதல் மாடி), மாடர்ன் லாட்ஜ் ஸ்டாப்பிங்,
மதுரை — 625 001.

JAY ADTS



திருமணங்களில் கூட அறுசுவை உண்டா? உண்டு என்கிறார்கள் லயன்ஸ் கிளப் உறுப்பினர்கள். கருணை ரஸத்திற்குப் பார்வதி கல்யாணம் சோக ரஸத்திற்கு ருக்மணி கல்யாணம். வெட்கத்தால் விளைந்த மீனாட்சி கல்யாணம் சிருங்காரம் நிரம்பிய ராதா கல்யாணம் நகைச்சுவையுடன் ஸ்ரீமதி திருமணம், வீரத்தால் விளைந்த சீதா கல்யாணம்.

என ஆறு வகைத் திருமணங்களை விளக்கத்துடன் நடத்திக் காட்டினர், வட்டம் ஒன்று, வட்டம் ஆறைச் சேர்ந்த லயன்ஸ், லயனஸ் சங்கத்தினர். இத்தனையையும் ஒன்றுசேர அமைத்துக் கொடுத்தவர் பிரேமா சதாசிவம். பாடல்களை எழுதி, பாடிய சந்திரா கிருஷ்ணமூர்த்தி இசையில் மகிழ்ந்து அவருக்கு 'கவி இசைக்குயில்' என்றே பட்டம் சூட்டிவிட்டார் அரிமா மாவட்ட ஆளுநர் வாஞ்சிநாதன்.

— புவனேஸ்வரி.

வங்களைப் பாத்த பாதிப்பில பலர் 'டொனேஷன்' கொடுத்தாங்க.

நானும், என்னைக் கூப்பிடற பங்க்ஷன்ல எல்லாம் ஏதாவது கேட்டு வாங்கிக் கொடுப்பேன். ஒரே 'எய்ம்' தான். ஏதோ நாம நல்லா இருக்கறப்ப நாலு பேருக்கு உதவி செய்யறோம். நாளைக்கு நமக்கே அந்தக் கதி வந்துன்னா, பகவான்னு ஒருத்தர் இருந்தார்னா உதவி பண்ண மாட்டராங்கறதுதான்...''

''இந்த இருபத்தியொரு வருட சினிமா வாழ்க்கை அனுபவத்துல நீங்க இப்ப இருக்கிற சினிமாத்துறையைப் பத்தி என்ன நினைக்கிறீங்க...?''

''இப்ப நிறைய தொழில் நுணுக்கங்கள் வந்திருக்கு இண்டஸ்ட்ரி டெக்னிகலா ரொம்ப நல்லா முன்னேறியிருக்கு. அதை நல்லா பயன்படுத்திக்கவும் செய்யறாங்க...''

''ஆனா பழைய அற்புதமான படங்களைப் பார்க்க முடியறதில்லையே... கேரக்டர் ஆர்ட்டிஸ்ட்னு உங்களை, பலரை சொல்லிட்டிருந்தாங்க. இப்ப அப்படிச் சுட்டிக் காட்டறா மாதிரி யாருமே இல்லையே?''

''அதுக்கு இவங்க பேர்லதான் தப்புன்னு யாரையும் சுட்டிக்காட்ட முடியாது. இண்டஸ்ட்ரி ரொம்பப் பெரிசா விரிஞ்சுப் போச்சு. நிறைய பேர் உள்ளே வராங்க. பலர் வெளியே போறாங்க. ஒரு சினிமா வெளி வந்து சூடு பிடிக்கறதுக்குள்ளே அது போதும்னு நிறுத்திடறாங்க தியேட்டர்ல. தயாரிப்பாளர் நல்ல பணபலம் உள்ளவரா இருந்தா நிறுத்தி வைக்கலாம். நல்ல கதை, நல்ல படமாக எடுக்கறதா மட்டுமில்லாம, நல்ல பணபலமும் இருந்தாத்தான் இப்பல்லாம் படம் ஓடும்... இதுல டீ. வி. வீடியோல்லாம் வேறே...''

''டீ. வி..., வி. சி. ஆரால திரைப்படத் துறைப் பாதிக்கும்னு நினைக்கிறீங்களா...?''

''இப்பவே தியேட்டர்ல ஓடற ஒரு படத்தைப் பத்திப் பேசறதை விட, அந்த வாரம் டீ. வி. யில பாத்த சினிமா பத்திதான் ஜாஸ்தி பேசறாங்க. அப்படின்னா டீ. வி. க்குத்தான் கூட்டம் அதிகம்னு தெரியறது. இன்னும் கொஞ்சநாள் போச்சுன்னா, அமெரிக்காவுல டீ. வி. ஆர்டிஸ்ட் எல்லாம் ரொம்பப் பிரபலமா இருக்கிற மாதிரி இங்கேயும் ஆயிடுவாங்க... ஆனா அதற்கெல்லாம் கொஞ்ச நாள் ஆகும்...

அப்போ எங்களுக்கெல்லாம் ரொம்ப வயசாகிப் போய், 'ஒரு காலத்தில் நான் சினிமாவுல...''ன்னு பேசிக்கிட்டு இருப்போம். அந்தப் பேச்சையும் யாரும் கேக்கலைன்னா வாய மூடிக்கிட்டு கிடக்க வேண்டியதுதான்...'' என்று சொல்லிவிட்டுச் சிரிக்கிறார் ஜெய்சங்கர்.

கால ஓட்டத்தின் ஏற்றத்தாழ்வுகளைப் புரிந்து கொண்டு, வாழும் நாட்களில் தன்னால் முடிந்த உதவிகளைப் பிறருக்குச் செய்து கொண்டு, அன்புடன் நண்பர் சூழாமை விரித்துக் கொண்டு, அமைதியான வாழ்வில் இசைந்து நிற்கிறார் 'ஜெய்.'

யார் ?

இவர்கள் எல்லோருமே அரசியல் தலைவர்கள். சிலர் இந்தியாவைச் சேர்ந்தவர்கள். சிலர் அயல் நாட்டைச் சேர்ந்தவர்கள். சென்ற ஆண்டு இவர்களைப் பற்றிப் பத்திரிகைகளில் செய்திகள் அடிக்கடி வெளியாயின. இவர்கள் யார் என்பதை நீங்கள் கண்டுபிடிப்பதற்காகச் சில குறிப்புகளைத் தந்துள்ளோம். கண்டுபிடியுங்கள் பார்க்கலாம்?



1



2



3



4



5

1 லோங்கோவாலுக்கும் ராஜீவ்காந்திக்கும் பஞ்சாப் பிரச்னை சம்பந்தமாக ஒரு உடன்பாடு ஏற்பட்டது தெரியும். பஞ்சாபில் தேர்தல் நடந்தபோது லோங்கோவால் அமரர் ஆகிவிட்டார். அவர் இடத்தில் இருந்து கொண்டு பஞ்சாப் அகாலிக் கட்சியை நடத்தியதோடு, பஞ்சாப் தேர்தலில் வெற்றியும் பெற்று முதல் அமைச்சராகி இருப்பவர் இவர்.

2 பொதுவாக கம்யூனிஸ்டு நாடுகளைப் பற்றிய விஷயங்கள் வெளிவருவதில்லை. இளைஞர்களுக்குக் கம்யூனிஸ்டு நாடுகளில் வாய்ப்புக் கொடுப்பதும் இல்லை. இந்த இரண்டையும் மாற்றியதோடு ராணுவத்தின் பலத்தை (ஆட்களை) கணிசமாகக் குறைத்து இருக்கிறார் இவர். ரொம்ப நாட்களுக்குப் பிறகு இவருடைய நாட்டில் மத சம்பிரதாயமான நிகழ்ச்சிகளுக்குத் தடை நீக்கப்பட்டுள்ளது. இந்தத் தலைவர் யார்? எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தவர்?

3 தனது நாட்டில் ராணுவ ஆட்சியை ரத்து செய்து இருக்கிறார் இவர். இந்தியாவுடன் அணு ஆயுதம் சம்பந்தமாக ஒரு ஒப்பந்தம் செய்து கொண்டுள்ளார். இந்தியாவின் அணு உலைகளைத் தன் நாடு தாக்காது என்றும், அதேபோன்று தன் நாட்டு அணு உலைகளை இந்தியா தாக்கக் கூடாது என்றும் இவருக்கும் ராஜீவ் காந்திக்கும் சென்ற ஆண்டு ஒரு உடன்பாடு ஏற்பட்டது. யார் இவர்? எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தவர்?

4 இந்தியாவிலே சின்ன வயதிலேயே ஒரு மாநிலத்தின் முதல்வராகி இருப்பவர் இவர்தான். மாணவராகத் தொடர்ந்து படித்துக் கொண்டே மாநில ஆட்சியையும் செய்யப் போகிறார். இவரை யாரென்று தெரிகிறதா?

5 பௌத்த மதத்தில் நம்பிக்கைக் கொண்டவர். சீனாவிடமிருந்து தனது நாடு சுதந்திரம் பெற வேண்டும் என்று விரும்புகிறார். பல்வேறு மதத் தலைவர்கள் இந்தியாவில் சென்ற ஆண்டு கூடி மாநாடு நடத்திய போது இவர் வந்திருந்தார்.



தெரிகிறதா



⑦



⑧





⑩

⑨

6 வல்லரசு நாடுகளில் ஒன்றின் அதிபர். ஜனங்க ளோடு எளிதாகப் பழகுகிருர். வெளிப்படையாகப் பேசுகிருர். நட்சத்திர யுத்தம் பற்றி இவருக்கும் அமெரிக்க ஜனுதிபதி ரீகனுக்கும் சென்ற ஆண்டு ஜெனிவாவில் பேச்சு நடந்தது.

7 தொடர்ந்து இருபது ஆண்டுகளாக ஒரு நாட்டின் பிரதமராக இருந்து வருகிருர். இவருடைய நாட்டில் கம்யூனிஸம் அறவே தடை செய்யப்பட்டுள்ளது. இவர் அதிபராக உள்ள நாட்டில் தமிழர்கள் அதிகம் வாழ் கிருர்கள். யார் இவர்? எந்த நாடு?

8 நாடு கடத்தும் உத்திரவை இந்தியா பிறப்பித்ததும் இவரை இந்தியா வெளியேற்றியது. ஆனுல் இதனுல் பல பிரச்னைகளும், கூக்குரல்களும் இந்தியாவில் எழுந்தன. எனவே மத்திய அரசு நாடு கடத்தல் உத்திரவை ரத்துச் செய்து இவரை இந்தியாவில் தங்க அனுமதித்தது. யார் இவர்?

9 1980 ஆம் ஆண்டு முதல் சிவில் உரிமைகளை இந்தப் பெண் தலைவர் தனது சொந்த நாட்டில் இழந்து இருந்தார். ஆனுல் இந்த ஆண்டு இவருக்குப் பொது மன்னிப்பு அளிக்கப்பட்டு எல்லா உரிமைகளையும் இவருக்கு வழங்க இவரது அரசாங்கம் ஒப்புக் கொண்டது. இவர் முன்னுள் பிரதம மந்திரியும் கூட. இவர் யார்? எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தவர்?

10 மதத்தின் மீது ரொம்ப நம்பிக்கைக் கொண்டவர். இவர் ஆளுகைக்கு உட்பட்டு இருக்கும் நாட்டில் பல வருடங்களாகச் சண்டை நடந்து கொண்டே யிருக்கிறது. யார் இவர்? எந்த நாட்டுக்கும் இவருக் கும் சண்டை? இந்தச் சண்டையில் பெருத்த பொரு ளாதார வீழ்ச்சியும் கண்டுள்ளது. எண்ணெய் ஏற்று மதிக் குறைவினுல் உலக நாடுகள் கூட இவர்களின் சண்டையால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது.

தொகுப்பு: தாம்பிரவருணி.

1 சுர்ஜித்சிங் பர்னாலா — பஞ்சாப் முதல்வர்.
2 டெங் — சீனு.
3 ஜியா — பாகிஸ்தான்.
4 மொகந்தா — அஸ்ஸாம் முதல்வர்.
5 தலாய் லாமா.
6 கோர்பசேவ் — ரஷ்ய அதிபர்.
7 லீ — சிங்கப்பூர் பிரதம மந்திரி.
8 சந்திரஹாசன்.
9 ஸ்ரீமாவோ பண்டாரநாயகா — ஸ்ரீலங்கா.
10 கோமேனி — ஈரான் (ஈரான் — ஈராக்)



இந்நிலையைப்பாருங்கள்.
இவர்கள் அவ்வளவு
எடுப்பான தோற்றத்தில்
வாழ்க்கையைத்
தொடங்கவில்லை.

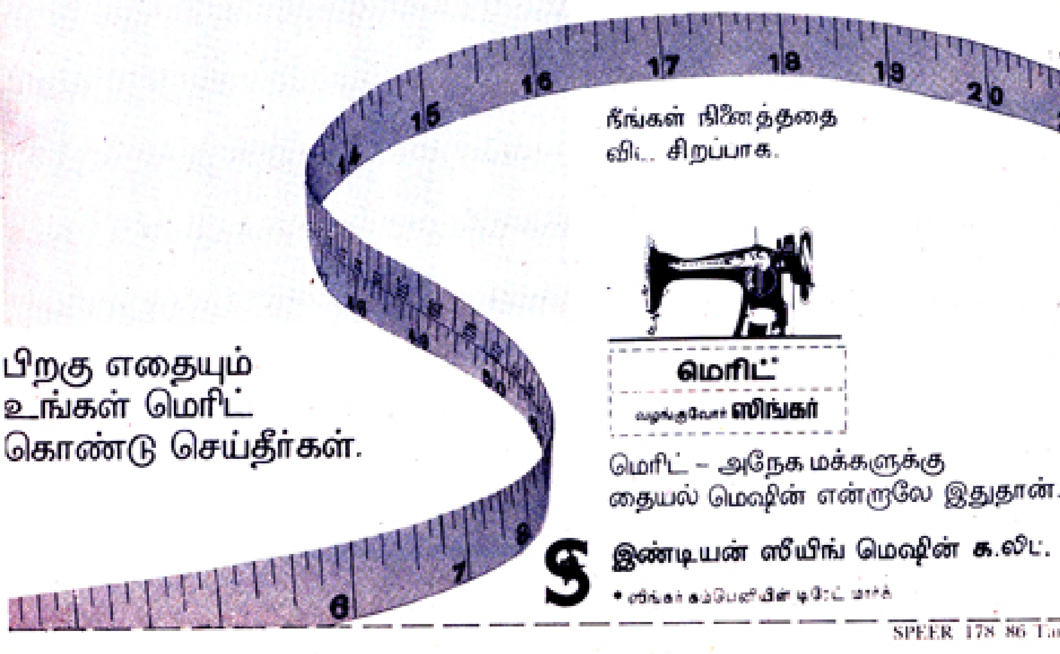


அந்த நாள் நினைவிருக்கிறதா?
நனைந்த குழந்தைத்துணிகளின்
மூட்டையுடன் மகிழ்ந்திருந்த
அந்த நாள்.

குழந்தைக்கு துணிகள் இப்படி
இருக்க வேண்டும், அப்படி
இருக்க வேண்டும், இங்கே
ஒரு 'ஃப்ரில்' அங்கே ஒரு
'ரஃபில்' என்று எத்தனை
எத்தனை திட்டங்கள்.

அந்த அழகிய சிறு தையலால்
தானே உங்களைப் பார்த்து
ஒவ்வொரு தாயும் பொருமைப்
படுவாள்.

நினைவிருக்கிறதா? நீங்கள்
மெரிட் கொண்டு தொடங்கிய
அந்த நாள். ஒவ்வொரு நாளும்
ஒரு புதிய உடை உருவானது,



நீங்கள் நினைத்ததை
விட சிறப்பாக.

பிறகு எதையும்
உங்கள் மெரிட்
கொண்டு செய்தீர்கள்.

மெரிட்

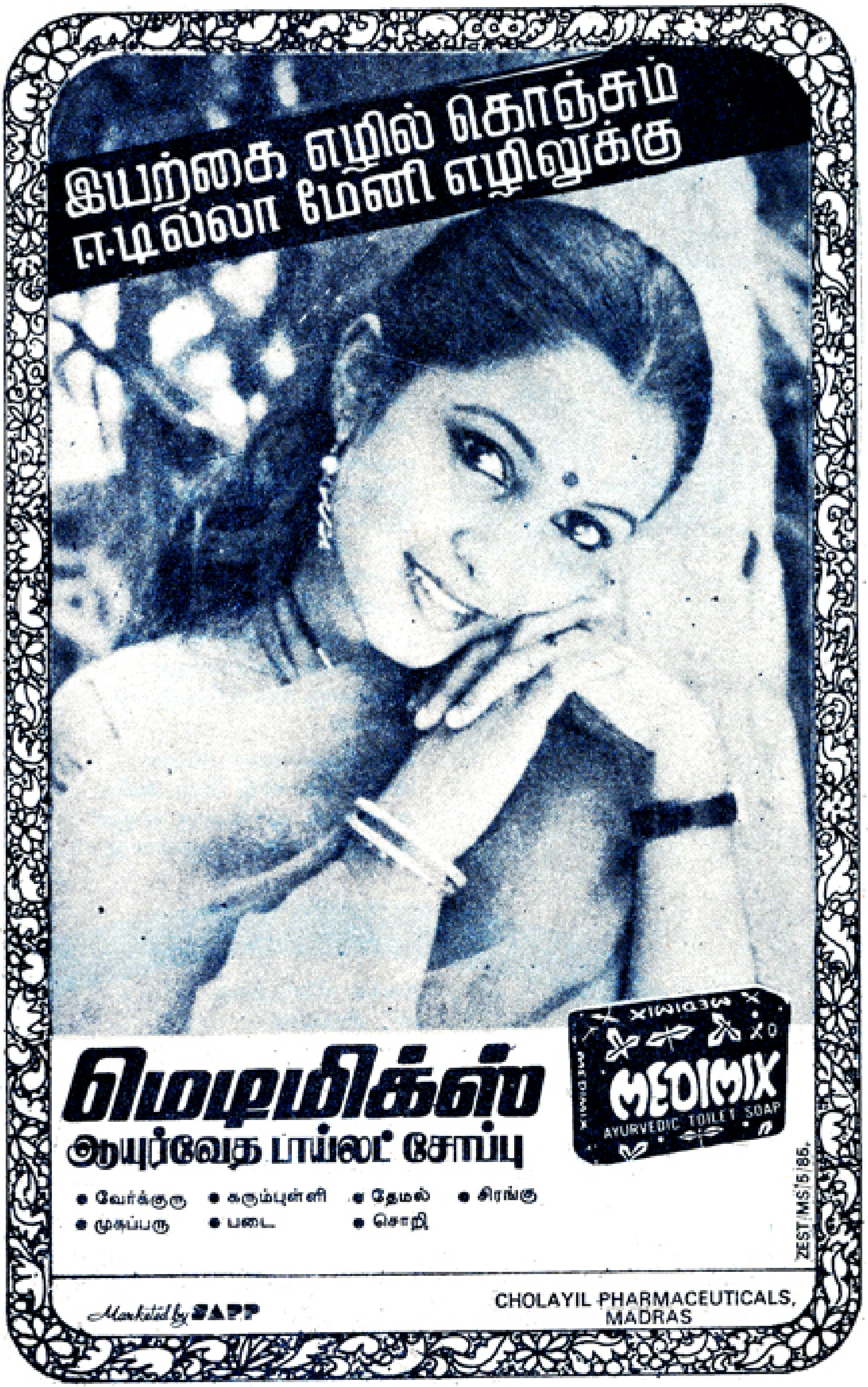
வழங்குவோர் **ஸிங்கர்**

மெரிட் – அநேக மக்களுக்கு
தையல் மெஷின் என்றாலே இதுதான்.

இண்டியன் ஸீயிங் மெஷின் க.லிட்.

* ஸிங்கர் கம்பெனியின் டிரேட் மார்க்

SPEER 178 86 Tam


இயற்கை எழில் கொஞ்சும்
எ-டில்லா மேனி எழிலுக்கு
மெடிமிக்ஸ்
ஆயுர்வேத டாய்லட் சோப்பு
MEDIMIX
AYURVEDIC TOILET SOAP
• வேர்க்குரு • கரும்புள்ளி • தேமல் • சிரங்கு
• முகப்பரு • படை • சொறி
ZEST/MS/5/86.
Marketed by SAPP
CHOLAYIL PHARMACEUTICALS,
MADRAS

நாங்களும் எழுதுவோம்

எங்கள் வீட்டுப் பெண்டுகள் விழுந்து விழுந்து மங்கையர் மலரைப் படிப்பவர்கள். ட. வி. யில் சினிமா தப்பாது. எல்லாப் பத்திரிகைகளிலும் ட. வி. யிலும், ரேடியோவிலும் கூட மனித உறவில் ஏற்படுகின்ற உரசல்களை எழுதுகிறார்கள். மாமியார் கொடுமை, மருமகள் கொடுமை பற்றி ஞாயிற்றுக்கிழமை ட. வி. சினிமாவில் காட்டும்போது கண்ணால் ஜலம் விடுவார்கள்.

எனக்கு வேடிக்கையாக இருக்கிறது.

இவர்களுக்கெல்லாம் ஒரு நிமிஷம், ஒரே நிமிஷம் — நாமும் அப்படித்தான் நடந்து கொள்கிறோம் என்று தோன்றவே தோன்றாதா? நாமும் அதே மாமியாரிடம், (அ) மருமகளிடம்... இப்படி வரிசையாக ஒருவருக்கொருவர் முட்டிக் கொள்கிறோமே என வெட்கமாக இருக்காதா?

அப்புறம் எப்படி இவர்களால் கனவுலகக் கதாநாயகிகளின் சோகங்களுக்குக் கண்ணீர் சிந்த முடிகிறது. செய்திகளுக்காக விடும் இடைவெளியில் என் மருமகள் மூன்றாவது தெருவிலிருந்து வந்திருக்கும் வனஜாவிடம் பேச்சுக் கொடுப்பாள்...

'என்ன இன்னிக்கு ஞாயிற்றுக்கிழமை ஸ்பெஷல்?'

''என்ன வேண்டிக் கிடக்கு. இன்னிக்கு சாயங்காலம் இங்க வரேன்னு தெரியுமே என் மாமியார் கிழத்துக்குத்தான். பிள்ளைக்கு ரொம்பப் பயப்படறா மாதிரி ''ஏண்டிம்மா, சங்கருக்குப் பூரி கிழங்கு ரொம்பப் பிடிக்குமே. வீட்ல ஒருநாள் இருக்கறப்பவாவது ஆற அமர சாப்பிடட்டுமே...''ன்னா.''

''ஐயையே... அவருக்கு வாய்வு பிடிப்பும்மா... நேத்து ராத்திரி தைலம் வச்சு அவருக்கு முதுகு உருவி விட்டு என் கையே விட்டுப் போச்சுன்னேன்... என்னவோ மொண மொணன்னா... இவளுக்குச் சாப்பிடணும். அதுக்கு அவர் மேல பழி...''

''கடைசில என்ன பண்ண...?''

''அடைக்கு ஊறப் போட்டு வந்தேன்..

ஏழு மணிக்கு அரைக்கறது மாமியாராக இருக்கும். இவள் ஒன்பது மணிக்குத்தானே போகப் போகிறாள். 'குபுக்'கென்று வாய்ப் பொத்தி சிரிக்கும் அவர்களைப் பார்க்கும் போது வேதனையாக இருக்கிறது.

இந்தக் கதையெல்லாம் ஏன் எழுதுகிறேன் என்றால் பெண்களின் ரெட்டை வேஷத்தைக் கடந்த பத்து வருஷங்களாக நான் முழுமையாக அனுபவித்து வருகிறேன்.

76'ல் இன்கம் டாக்ஸ் ஆபீஸிலிருந்து ரிடையரானேன். அன்றைக்கு மூடிய வாய் தான். 'பென்ஷன் பணம் மாசா மாசம் வந்து என்ன பண்ணப் போறீங்க, மொத்தமா வாங்கிக்கிட்டாலாவது ஏதாவது செய்துக்கலாம்' எனச் சர்க்கரையாக அம்மாவும், பெண்களும் பேசி அதையும் வாங்கித் தீர்த்து விட்டார்கள்.

சொந்த மனைவியும், பெண்களும் இப்படி இருப்பார்களா என ஆச்சரியப்படுவீர்கள். அவர்கள் கூடிப் பேசும்போது, மத்தியானம் மாட்னிக்குப் போகும்போது எல்லாம் அத்தனை சந்தோஷமாக இருப்பார்கள். எனக்குச் சாப்பாடு போட வேண்டும், கொஞ்சம் வெந்நீர் வைக்க வேண்டும் என்றால் மட்டும் இல்லாத உடம்புக்கு வந்து விடும்.

''எங்க வீட்டை விட்டு நகர முடியுது? கோவில், குளம்னு வயசான காலத்துல எல்லாரும் போறாங்க. இங்க என்ன வாழுது? எப்பப் பாரு புருஷனுக்கு வெந்நீர் வச்சுக் கொடுக்கவே நேரம் சரியாயிருக்கு...''

எனச் சொந்த மனைவியே அலுத்துக் கொள்வாள்.

ரிடையர் ஆகி இரண்டாவது வருஷம் ஹார்ட் அட்டாக் வந்தப்பவே, பெண்கள் பேர்ல வீட்டை 'செட்டில்மெண்ட்' பண்ணிட்டேன். வேல செய்யறப்போ அங்க லோன், இங்க லோன்னு அலைஞ்சு கட்டின வீடு. அதுல இப்ப எனக்குக் கிடைச்சிருக்கிறது ஒரு மூலை.

இதெல்லாம் கதையா, நிஜமான்னு உங்களுக்கு ஆச்சரியமாய் இருக்கும். நாளுக்கு நாள் மனசும் உடம்பும் ரொம்ப நொடிஞ்சுப் போச்சு. என் பெண்டாட்டி, பெண்களின்



ஆட்சியில் கூனிக் குறுகி ஒரு கவளம் சோறு போடுகிறான். சாப்பிடுகிறேன்.

ஒரு நிலைக்கு அப்புறம் நானே சமாதானம் பண்ணிக்கிட்டேன்...அவங்களுக்கெல்லாம் என் மேலே ஏதோ வன்மம் இருக்கும். நான் ஆபீசரா இருந்தப்ப் ரொம்ப ஸ்டிரிக்டாக இருந்திருக்கிறேன். மனைவி, குழந்தைகள் அனாவசியமாக வெளியே போறதோ, பேசறதோ பிடிக்காது. ரொம்பக் கண்டிப் போடதான் வளர்த்தேன்.

அதெல்லாம் இப்ப என் மேல திரும்பற துன்னுதான் தோணுது. இந்தக் கிழத்தை விடறதில்லைன்னு முடிவு பண்ணியிருக்க லாம். மூணும் பொண்ணைக் கொடுத்துட் டேன்னு பொண்டாட்டிக்குக் கோபமா இருக்குமோ? குழந்தை ஆணா பொண்ணா பொறக்கறதுக்கு ஆம்பிளைதான் காரணம்னு ஏதோ பத்திரிகைல படிச்சுட்டா. மூணு தடவை அதைச் சொல்லியும் காண்பிச்சா.

பொண்களோ என் தகுதிக்குத் தகுந்த மாப்பிள்ளைகளை ஏத்துக்கலே. லஞ்சம் வாங் காத உபயோகமத்த ஆசாமியாம் நான். 'நேர் மையான ஆபீசர்னு நீங்க பட்டம் ஒட்டிக்க, நாங்க சமையல்காரன் தாலிய கழுத்துல ஏத்துக்கணுமா?' ங்க. அவங்களுக்கு ஃபாரின் செட்டில்டு மாப்பிள்ளை வேணு மாம். இல்லேன்னா டாக்டர், இன்ஜினியர். அந்த ரேங்க்கிற்குக் கீழே இறங்கவில்லை. கன்னிகளாகவே நிற்கிறார்கள்.

நீங்க ஏதோ ஆண்கள் பகுதின்னு போட் டிருந்ததைப் படிச்சேன். என் மனசில் இருக் கிற பாரத்தைக் கொட்டிட்டேன்.

நான் யாரையும் குறை சொல்லலே. என்னை வாயாலவறுத்துக்கொட்டும்மனைவி, குழந்தைகளிடம் இருந்து சீக்கிரம் விடுதலை வேணும். அவர்களுக்கும் தொந்தரவு இருக் காது. இதுதான் நான் வேண்டுவது எல்லாம்.

தயவு செய்து என் பெயரை வெளியிடா தீர்கள்.'

— ஒரு பாவப்பட்ட ஜென்மம்

புக் ஷெல்ஃப்

1986 ராசிபலன்

1986 ம் வருஷம் முழுவதற்குமான ராசிபலன்களை 12 ராசிக்காரர்களுக்கும் தந்திருக்கிறார் ஆசிரியர் புலியூர் பாலு.
விலை ரூ. 5.25.

குருபெயர்ச்சி...

ஜனவரி 25 ந் தேதியன்று ஏற்பட்ட குருப்பெயர்ச்சி யால் 12 ராசிக்காரர்களுக்கும் என்னென்ன பலன்கள் ஏற்படவிருக்கின்றன என்பதை விவரிக்கிறார் புலியூர் பாலு.
விலை ரூ. 6/—

இரண்டு புத்தகங்களின் பதிப்பாளர் — பாரதி பதிப்பகம், 108, உஸ்மான் சாலை, தி. நகர், சென்னை—17.

வாரியாரின் நல்வாழ்வுக் கட்டுரைகள்.

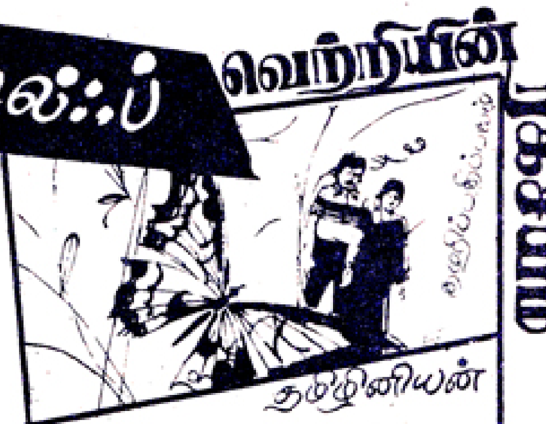
நல்ல பண்பான வாழ்வு வாழ்வதற்கான அறிவுரை களைக் கூறுகிறார் திருமுருக கிருபானந்த வாரியார். தமக்கே உரிய நகைச்சுவையுடன், சிறுகதைகள் மூல மாக இவைகளை விளக்குவது சுவைபட உள்ளது.
விலை ரூ. 11/—

வாழ்க்கையில் முன்னேற வாரியார் பதில்கள்.

பிரபல வாரப் பத்திரிகையில் வெளிவந்த வாரி யாரின் கேள்வி பதில்களைத் தொகுத்துத் தந்துள் ளனர். வாதப் — பிரதிவாதமாகச் சில இடங்களில் சுவைபட உள்ளது.
விலை ரூ. 7.50.

மன அமைதிக்குக் குறள் காட்டும் வழி

திருக்குறள் சொல்லாத செய்தி எது? படிக்கப் படிக்க பல செய்தி கூறும் அரும் பெட்டகம் அல் லவா? இங்கு ஆசிரியர் பி. சி. கணேசன் மன அமை திக்கும் குறள் வழி கூறியுள்ளது என எடுத்துக் காட்டி யிருக்கிறார்.
விலை ரூ. 5.75.



வாழ்க்கை வெற்றிக்கு வள்ளுவர் காட்டும் வழி

வெற்றிகரமான வாழ்க்கைக்கும் குறள் வழிகாட்டு கிறது என்கிறார் ஆசிரியர் பி. சி. கணேசன். உண்மைக் கதைகளையும் எடுத்துக் காட்டி விளக்குகிறார்.
விலை ரூ. 6/—

வெற்றியின் ரகசியம்

தோல்வி கண்டு சோர்ந்த உள்ளங்கள் நிமிர்ந்து நடக்கப் பல யோசனைகளைத் தன் அனுபவ வாழ்க்கை யுடன் கலந்து தருகிறார் ஆசிரியர் தமிழினியன்.

எண்ணங்கள் என்னுடையவை

எண்ணங்கள்தான் என்னுடையவை,— நான் எழுது கிறேன் — சிந்திக்க வேண்டியது உங்கள் பொறுப்பு என்கிறார் ஆசிரியர் ஜோதிர்லதா கிரிஜா.
விலை ரூ. 10/—

ஆறு புத்தகங்களின் பதிப்பாளர் — இமயப் பதிப் பகம், 20, பெருமாள் தெற்கு வீதி, நாகப்பட்டினம்.

சமையலறைச் சந்தேகங்கள்



பதில்கள்:
இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் ஹோட்டல் மானேஜ்மெண்ட் கேடரிங் டெக்னாலஜி & அப்ளையட் நியூட்ரிஷியன் கல்லூரியின் நியூட்ரிஷியன் பிரிவின் தலைவர் — திருமதி முல்லன்

திருமதி G. பார்வதி, வேலூர்.

கே: நல்ல பில்டர் காப்பி போடுவது எப்படி? பீபரி, ரோபஸ்டா பொடிகளை எந்த விகிதத்தில் கலக்க வேண்டும்?

பதில்: நான்கு பேர்களுக்கு, ஐந்து டீஸ்பூன் காப்பி பவுடர் போட்டு, 'டிகாக்ஷன்' தயாரிக்க வேண்டும். ஒரு பாகம் நீரில் ஒரு பாகம் பாலைச் சேர்த்து டிகாக்ஷனைக் கலந்து காப்பி தயாரிக்க வேண்டும். நல்ல காப்பி பவுடர் வேண்டுமானால் பீபரி, ரோபஸ்டாவை இரண்டுக்கு ஒன்று என்கிற விகிதத்தில் கலக்கவும்.

கே: சப்பாத்தியை எப்படிச் செய்தால் மிருதுவாக இருக்கும்?

பதில்: முதலில் தரமான கோதுமை மாவு தேவை. உப்பைக் குறைத்து, குறைந்தது 20 நிமிடம் மாவை ஊற வைத்துப் பிசைந்து, குறைந்த சூட்டில் கல்லில் வாட்டி எடுத்தால் சப்பாத்தி மிருதுவாக இருக்கும்.

கே: சமையலில் அளவைக் கோப்பை (Cup) யில் குறிப்பிடுகிறார்களே — கோப்பை அளவு என்றால் எவ்வளவு? எந்த அளவுள்ள கோப்பையைப் பயன்படுத்த வேண்டும்?

பதில்: கோப்பை என்றால் பொதுவாக 30 கிராம் அளவைக் குறிப்பதாகும். ஆனால் கோப்பை அளவு மாறுபடக்கூடும். கிராம் கணக்கில் அளவு குறிப்பிடுவதே சிறந்தது. ஸ்பூன்களில் கிராம் கணக்குகள் பின்வருமாறு:

ஒரு டீஸ்பூன் (தலைதட்டி) 5 கிராம்.
ஒரு டீஸ்பூன் (தலை தட்டாமல்) 7 கிராம்.
ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் (தலைதட்டி) 10 கிராம்.
ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் (தலை தட்டாமல்) 15 கிராம்.

கே: ஜின்ஜர் டீ போடுவது எப்படி?

பதில்: நான்கு கோப்பை நீரைக் கொதிக்க வைத்து, பின் டீப் பொடி போட்டு மேலும் 15 நிமிடங்கள் தளைக்க விட வேண்டும். அடுப்பிலிருந்து இறக்கும் முன் 5 கிராம் இஞ்சியைப் போட்டுத் தயாரிக்க வேண்டும்.

திருமதி ஆர். சிவாஜி

கே: பயன்படுத்தப்பட்ட எண்ணெயை (சுட்ட எண்ணெய்) உபயோகிப்பதில் தீமை உண்டா?

பதில்: புதிய எண்ணெயை மூன்று முறை உபயோகிக்கலாம். அப்படி உபயோகப் படுத்தும்போது, எண்ணெயை வடிக்கட்டி கசண்டை நீக்கவும். தேவைப்பட்டால் அரை பங்கு புதிய எண்ணெய் சேர்க்கலாம். ஆறியபின் எண்ணெய் கெட்டிப் பட்டுவிட்டால் அதனைப் பயன்படுத்தக் கூடாது. இதனை Polymerisation என்பார்கள். முக்கியமான ஒன்று, எண்ணெயை எப்போதும் மூடியே வைத்திருங்கள்.

கே: சனோலா, பாமாலின் எண்ணெய்களால் கொலஸ்ட்ரால் வருமா?

பதில்: காய்கறிகளிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் சனோலா, பாமாலின் மற்றும் எல்லா எண்ணெய்களிலும், 'கொலஸ்டிரால்' இருக்காது.

கே: மாவுகளிலும், அரிசி, ரவை, முந்திரி, புளி, காலிபிளவர், முட்டைகோஸ் ஆகியவற்றில் புழுக்கள் அதிகமாக இருக்கின்றன. இவற்றை எப்படிச் சமாளிப்பது?

பதில்: அரிசியை வெயிலில் உலர்த்தியும், ரவை, மைதா போன்றவற்றை அடிக்கடி சல்லடையில் சலித்தும் (குறிப்பாக உபயோகிக்கும் முன்பு) புழுக்களை நீக்கலாம். பாதாம், முந்திரி போன்றவை பழைய 'ஸ்டாக்' காக இருந்தால் புழுக்களால் தூளாகிவிடும். அதனால் நாள் பட்டுப் போனவற்றைப் பயன்படுத்த வேண்டாம். அப்படி நாள்பட்டதற்கு அறிகுறியாக அவற்றின் நிறம் வெள்ளையிலிருந்து வெளிர் மஞ்சளாக மாறும். புளியில் கொட்டைகளை நீக்கினால் புழுக்கள் வராது. காலிஃப்ளவர், முட்டை கோஸ் போன்ற காய்கறிகளை நறுக்கிச் சூடான உப்பு நீரில் முக்கி எடுப்பதால் புழுக்களை நீக்கி, சமாளிக்கலாம்.

கே: நோய்க் கிருமிகள் எச்சில் தட்டு, டம்ளர்களில் பரவுகின்றன. இவற்றை எப்படித் தடுப்பது?

பதில்: நீரில் கழுவியபின், 'வாஷிங்' பவுடரைக் கொண்டு அலம்பி கிருமிகளை அழித்து, தேவைப்பட்டால், கொதி நீரில் அவற்றை முக்கி எடுத்துச் சுத்தப்படுத்தலாம்.

தொகுப்பு: எஸ். ஆர். சங்கர்.



கல்கி

பிப்ரவரி 2 வாங்கிவிட்டீர்களா?

பகைவனுக்கும் அருளிய போப்பாண்டவர்

— அட்டைப்படக் கட்டுரை



ஓர் இனிய ஆச்சர்யம்

— இந்திய ராணுவத்தின் பிரதம தளபதி கிருஷ்ணசாமி சுந்தர்ஜியின் மனைவி

வாணி

— சிறப்புப் பேட்டி



தாயே நல்ல தோழியாகி...

'அப்பப்பா... இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகளா? எமனா இருக்கு... பாடாப் படுத்தறது. சமாளிக்க முடியலே... பிசாசு...'' இது இப்போது தாய்மார்களிடையே, தங்கள் குழந்தைகளின் படுத்தலைப் பற்றி... விளம்பரப்படுத்தி அலுத்துக் கொள்ளும் வாசகம். உண்மையில் பார்க்கப் போனால், குழந்தைகளா பாடுபடுத்துகிறார்கள்?

வேலைக்குப் போகிற தாயானாலும் சரி, வீட்டோடு இருப்பவர்களானாலும் சரி... தங்கள் குழந்தைகளிடம் தேவையான நேரம் செலவழித்து, அன்புடன், ஒழுங்கான விதத்தில் வளர்க்க முயற்சிப்பதில்லை என்பது சற்றுக் கசப்பான உண்மை... குழந்தைக்குச் சாதம் ஊட்டுதல், குளிப்பாட்டுதல், தலை வாருதல் போன்றவைகளைச் செய்தபடியே அவற்றின் மனத்தில் பதியும்படி கடவுள் கதைகளையும், பக்திப் பாடல்களையும் கற்பித்தனர் அந்தக் காலத் தாய்மார்கள். இன்று காலை டென்ஷனில் குழந்தைகளைக் கவனிப்பதில்லை.

நாம் குழந்தையாக இருந்து வளர்ந்து பெரியவராக ஆகி இருக்கிறோம். குழந்தைப் பருவ எதிர்பார்ப்புகள், ஏக்கங்கள் நாம் கடந்து வந்த படிகளே. இதை மனத்தில் கொண்டு, ''என் குழந்தை ஒரு குட்டிப் பிசாசு... மகா பொல்லாதது...'' என்று கூறிக் கொண்டு இருக்காமல், நல்ல தாயாக நடந்து கொண்டால், குழந்தையும் நல்ல குழந்தையாக இருக்கும். சில எளிய முறைகள்.

1. எப்போதும் குழந்தை கேட்கிற கேள்விகளுக்கு உண்மையான பதிலைச் சொல்லுங்கள். கேள்வியைப் பார் கேள்வியை என்று திட்டுவதோ, பொய் கலந்த பதிலோ கூடவே கூடாது. இக்கட்டான கேள்வி கேட்டால், ''சனியன் வாயை மூடிண்டு போ. பிஞ்சிலே பழுத்தது...'' என்று வசைமாரி பொழியாமல், குழந்தை புரிந்து கொள்கிறாற்போல் அந்தக் கேள்வியின் பதில் இப்போது அதன் சின்ன அறிவுக்கு விளங்காது. இன்னும் சில வருடங்களில் தானே புரிந்து கொள்ள முடியும் என்று இதமாய்க் கூறுங்கள். ''குழந்தையின், ''ஏன்? எதற்கு?'' என்று கேள்வி கேட்கும். 'ஆர்வ அறிவை' அலட்சியப் படுத்தினால், பொது அறிவு விருத்தியாகாது.

2. மத சம்பந்தப்பட்ட விஷயங்களில் பொய்க் கதைகளோ, புனைந்துரைகளோ வேண்டவே வேண்டாம். சிறு வயதில், அவர்களில் உண்மை எது, பொய் எது என்று பகுத்தறிய முடியாது. தந்தை சொல் மீறாத காப்பியங்களை விவரிக்கையில், அவன் தந்தை சொன்னால் பாழும் கிணற்றில் கூட விழுவான் என்ற கைச்சரக்கை அநாவசியமாய் இணைக்காதீர்கள். குழந்தை நீங்கள் சொல்வதை 'முழுமையாய் நம்பும்படி சொல்வதால், குழந்தை உண்மை, பொய்யைப் பகுத்தறியத் தெரிந்து கொள்வான்.

3. குழந்தை ஆவலும் ஆர்வமுமாய், எதையாவது சொல்லவோ, கேட்கவோ வந்தால், ''போ, அந்தண்டை, கைவேலையாய் இருக்கும்போது தொண தொணன்னு...'' என்று அதட்டி விரட்டாமல், மற்ற வேலைகளை விடக் குழந்தைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுங்கள். எந்த நேரமானாலும், எதுவானாலும் அம்மாவிடம் சொல்லக் குழந்தைகள் பயப்படக் கூடாது.

மழைக்காலத்தில் புடவைக்கு கஞ்சி போட்டால் எவ்வளவு காய்ந்தாலும் சற்று துர்நாற்றம் வீசும். கடைசியில் புடவை அலசும்போது 'ஊடிகொலோன்' (அ) After Shave Lotion 2 துளி ஊற்றி அலசுங்கள். நல்ல மணம் வீசும்.

— மீரா.

4. தவறு செய்ததை ஒப்புக்கொண்டால் தயவு செய்து தண்டிக்காதீர்கள். சொல்வதைக் கேட்காமல் அடங்காப் பிடாரியாய் இருந்தால் உடனே தண்டியுங்கள். சில சமயம் தெரியாத்தனமாய்த் தவறு செய்வார்கள் குழந்தைகள். இனிமேல் அத்தகைய தவறைச் செய்யக் கூடாது என்று காரணத்துடன் விளக்குங்கள். மறுபடி தவறு செய்தால் கட்டாயம் தண்டனை உண்டு என்று எச்சரிப்பதோடு, முடிந்தால் என்ன தண்டனை என்பதையும் கூறுங்கள்.

5. அன்பினால் ஆகாதது உண்டோ? அடிக்கு, அடக்கு முறைக்கு அடங்காத சிறுவன், அன்பான அணுகலில் பணிந்து விடுவான். அன்பு செலுத்துவதில் பேரம் லாபம் பார்க்காதீர்கள். இளம் குருத்து செழிக்க அன்பு நீர்தான் அதிகம் தேவை.

6. குழந்தைகள் எது கேட்டாலும் உடனே வாங்கித் தரக் கூடாது. அது அவர்களிடம் ஒரு எதிர்பார்ப்பு மனப்பான்மையை வளர்க்கும். திடீரென்று தகுதிக்கு மீறிய ஒன்றைக் கேட்டு, வாங்கித்தர முடியா விட்டால் நொறுங்கிப் போவார்கள். அதனால் அவர்கள் கேட்கும் பொருள் தேவையானதாய் இருந்தாலும் உடனே வாங்கித் தராமல் இரண்டு நாள் கழித்து வாங்கித் தரவும். எந்தப் பொருளாவது வேண்டும் என்று பிடிவாதம் பிடித்தால் எவ்வளவு அவசியமானதாய் இருந்தாலும் வாங்கித் தரக் கூடாது. பிடிவாதம் என்னும் கொடிய குணத்துக்குத் தீனி போடக் கூடாது.

7. குழந்தைகள் காலையில் எழுந்திருத்தல், படித்தல், விளையாடுதல் முதலியவற்றிற்கும்; விருந்தினர், நண்பர் வந்தால் நடந்து கொள்ள வேண்டிய முறை பற்றியும், செய்யக் கூடாத தவறுகள், பற்றியும் அட்டவணை கொடுங்கள். கூடியவரை குழந்தையிடம் எதிர்பார்க்கும் ஒழுங்கு முறை உங்களிடமும் இருக்கும்படி நடந்து கொள்ளுங்கள்.

8. இந்தக் காலம், கூட்டுக் குடித்தன முறை, அதிகக் குழந்தைகளுடன் வளரும் முறை இல்லாத சிறு குடும்பம். இதனால் குழந்தைகளிடம் 'தான்' 'தனது' என்ற மனப்பான்மை வளரும். பெருந்தன்மை, பகிர்ந்து கொள்ளும் குணம், அக்கம்பக்கம் அனைவரிடமும் நட்பு, மன்னிக்கும் குணம், கனிவு, கருணை, தைரியம் இவற்றைச் சிறு கதைகள் மூலம் குழந்தை மனத்தில் பதிய வையுங்கள்

9. புகழ்ச்சிக்கு மயங்காதவர்கள் உண்டோ? "அட மீனுக்குட்டி, என்ன அழகாய் அறையைத் தொடைச்சிருக்கா... முகம் பார்த்து நெத்திக்கு இட்டுக்கலாம் போலிருக்கு. ரெண்டாம் தடவை அழுந்தத் துடைச்சுடு... கண்ணாடியாய்ப் பளபளக்கும் தரை..." என்று தட்டிக் கொடுப்பது குழந்தையிடம் வேலையில் நாட்டத்தை உருவாக்கும். அதை விட்டு, "தடி மாடு மாதிரி எட்டு வயது ஆகிறது. ஒத்தை மெழுகு மெழுகறியே. சாவு வீடு மாதிரி... ரெண்டாந்தடவை அழுந்தத் துடை...." என்று திட்டினால், குழந்தை மனம் வாடும். வேலையில் விருப்பம் விட்டுப்போகும். அதிகமாகத் திட்டுவதும் கேலி செய்வதும் குழந்தை மனத்தை ரணமாக்கி அவர்களின் முன்னேற்றப் பாதையை மூடிவிடும். இன்னொரு குழந்தையுடன் ஒப்பிட்டுப் பேசுவது கூடவே கூடாது. குழந்தை தன்னம்பிக்கையை இழப்பதுடன், அழுவகியப் பொறாமை உணர்ச்சிக்கு மனத்தில் இடம் கொடுக்கும்.

10. நாம் ஏதேனும் தவறு செய்து, அதைக் குழந்தை சுட்டிக் காட்டினால், தவறைத் திருத்திக் கொண்டு, ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும். "பெரிய மனுஷனாட்டம் என்னைக் குத்தம் கண்டுபிடிக்கிறியா?" என்று அதட்டக் கூடாது.

11. குழந்தை தன் கற்பனைத்திறனை வளர்த்துக் கொள்ள உதவ வேண்டும். அம்மா வானத்து மேகத்தில நேரு மூஞ்சி தெரியுது. என்றால், "அடடே, கரெக்டாய்க் கண்டு பிடிக்கிறே!" என்று வியக்க வேண்டும். "அம்மா, அசையாமல் உன் முகத்தைக் காட்டு. நான் படம் வரையப் போறேன்' என்று ஒரு வட்டம் போட்டு, கண்ணும், காதும், மூக்கும், தன் சிறு மூளைக்கு எட்டிய வகையில் வரையும் குழந்தையின் ஓவியத் திறமையைப் பாராட்டி ஊக்குவிக்க வேண்டும். "அம்மா, நான் யானை வரைஞ்சிருக்கேனே' என்று படத்தைக் காட்டும் குழந்தையிடம், 'யானையா இது? குரங்கு மாதிரி... படத்தின் கீழே எதுக்கும் யானைன்னு எழுதிடு...' என்று கேலி செய்யாமல், "அட, யானை இவ்வளவு நல்லாப்போட்டிருக்கிறே. தும்பிக்கையை இன்னும் கொஞ்சம் நீட்டி, கண்ணை சரியாய்ப் போட்டால் உசிருள்ள யானை மாதிரியே இருக்கும்..." என்று புகழ வேண்டும்.

12. எல்லாவற்றிற்கும் மேலாய்க் குழந்தைகளுக்கு, நம் மதத்தின் அடிப்படை உணர்வையும், பண்டிகைகளின் முக்கியத்துவத்தையும், நம் பிரார்த்தனைகளின் பொருளையும் விளக்கி வைக்க வேண்டும். புரியாமல் பத்து ஸ்தோத்திரம் சொல்வதைவிட, அர்த்தம் புரிந்து இரண்டு வழிபாட்டு ஸ்லோகம் சொன்னால் கூடப் போதும். நாம் இந்தியர், என்ற ஒருமைப்பாட்டு மனப்பான்மையை இளம் வயதில் வளர்க்கவும்.

பொறுமையும், அன்புமாய், குழந்தைக்குச் செலவழிக்க என்று நேரத்தை ஒதுக்கி வைத்து, குழந்தைகளை நல்லமுறையில் வளர்த்தால், நாடு போற்றும், நல்ல குடிமகனாய், நம் குழந்தை வளர்வதோடு, நாளைய இந்தியா, நம்பிக்கையூட்டும் இளந்தளிர்களால் ஆளப்படும்.

— கனகவல்லி சாரங்கபாணி.

சுளுக்கு இவனது துடிப்பான நாளைப் பாழாக்க விடலாமா?



உங்கள் கைகளிலேயே குணப்படுத்தும் சக்தி

பாசமிக்க மென்மையான உங்கள் கைகளின் ஸ்பரிசம், கூடவே குணப்படுத்தும் சக்திமிக்க அயொடெக்ஸ்—இவனுக்குத் தேவை. எனவே கைவசம் இருக்கட்டும் அயொடெக்ஸ். ஏனெனில் பாதிக்கப்பட்ட திசுக்களைக் குணப்படுத்தும் அயொடின் மற்றும் வலி தணிக்கும் மீத்தைல் ஸைலிஸிலேட் கொண்ட பாம் அயொடெக்ஸ்.

அயொடெக்ஸ் இருமுறை தினம் தடவ இரு மடங்கு குணம்

வலி தணியும்வரை, தினம் இருமுறை அயொடெக்ஸ் தடவ டாக்டர்கள் பரிந்துரைக்கின்றனர்... பின்னரும் இரு தினங்கள்... ஏனெனில், வலி ஒரு அடையாளம் மட்டுமே. நிஜமான பிரச்சினை திசுக்களின் உள்ளார்ந்த பாதிப்பு.

எனவே உமது அன்பிற்குரியவருள் யாரேனும் சுளுக்கு, தசைப்பிடிப்பு, மூட்டுநோவு, உடல் வலி இவற்றால் துன்புற்றால் அயொடெக்ஸ் தடவித் தேயுங்கள். தினம் இருமுறை. இரு மடங்கு வேகமாக அவர்கள் தத்தம் வேலைகளை கவனிக்கத் தொடங்குவர், உங்களை அன்போடு நினைப்பார்கள்.

அயொடெக்ஸ்®– குணப்படுத்தும் சக்திகொண்ட பாம்

SKOF —ஓர் எஸ்கேஃப் தயாரிப்பு.

ELL-1509

துன்பம் நேர்கையில்...

1 புதிய தொடர் கதை

"எங்கெல்லாம் தேடுவதோ முருகா
எழில் மேவும் குமரா உன்
அருள் வேண்டி தினமும் நான்
எங்கெல்லாம் தேடுவதோ?"

சீர்காழியின் தேவாம்ருத கானம் காதுகளில் பூபாளமாய் ஒலிக்க, கண் விழித்தாள் உமா. மணி ஐந்திருக்கும். ரேடியோவை ஒலிக்க வைத்த அப்பாவை புன்முறுவலுடன் பார்த்தாள்.

"என்னம்மா எழுந்துட்ட? ரேடியோ போட்டு தூக்கத்தைக் கலைச்சுட்டேனா?" அன்பாக வினவிய அப்பாவை ஆசையுடன் பார்த்தாள்.

"அதெல்லாம் இல்லை. ராத்திரி சீக்கிரமா படுத்துட்டேன் இல்லையா? அதான் சீக்கிரமா முழிப்பு வந்துடுத்து" என்று சொல்லிக் கொண்டே எழுந்து பின் பக்கம் போனாள் உமா.

சமையல் உள்ளிருந்து பாயச மணம் வீசியது. பல் தேய்த்து விட்டு அடுக்களைக்குள் நுழைந்தாள்.

"என்ன விசேஷம்மா இன்னிக்கு? பாயசமெல்லாம் மணக்கறதே?" அம்மா கொடுத்த காப்பியை வாங்கிக் கொண்டு அங்கேயே ஓரிடத்தில் சுவரில் சாய்ந்து உட்கார்ந்தாள்.

"இன்னிக்கு உங்கப்பாக்கு ஜென்ம நட்சத்திரம்! அதான் பாயசம் வெச்சேன்" என்றாள் மங்களம்.

"இஸ் இட்! எங்கிட்ட சொல்லவே இல்லையே அப்பா!" காப்பியை இரண்டு விழுங்காக விழுங்கிவிட்டு ஹாலுக்கு ஓடி வந்தாள்.

"அப்பா உங்க மேல் ஒரு கேஸ்" முகத்தை உர்ரென்று வைத்துக் கொண்டு கேட்ட அவளைப் பார்த்துச் சிரித்த மஹாதேவன், "என்னம்மா, என்ன கேஸ் எம்மேலே?" என்றார்.

"உங்களுக்கு இன்னிக்கு பர்த்டேயாமே? எங்கிட்ட சொன்னீங்களா?" மனத்தாங்கலுடன் கேட்டாள்.

"ஓஹோ அதான் கேஸா?" சிரித்தவர், "ஆமாம் பெரிய பர்த்டே! குழந்தை பார் கேக் வெட்டிக் கொண்டாட. என்னமோ உங்கம்மாதான் 'ஞாபகம்' வெச்சுண்டு வருஷா வருஷம் பாயசம் வெக்கறா. எனக்கே கார்த்தாலதான் தெரியும் எனக்கு பொறந்த நாள்னு."

"மெனி ஹாப்பி ரிடர்ன்ஸ் ஆஃப் தி டே'ப்பா" தந்தையின் கையைப் பிடித்து குலுக்கியவள், "ஆமா, இப்போ என்ன வயசுப்பா உங்களுக்கு?" என்றாள்.

"அம்பத்தி எட்டு முடிஞ்சு அம்பத்தி ஒன்பது ஆரம்பிக்கிறது."

"மை காட்! நெக்ஸ்ட் இயர் அறுபதாம் கல்யாணம் இல்லை? ஓ! கிராண்டா கொண்டாடலாம்பா." மத்தாப்பாய் சிரித்து பொங்கிப் பூரித்த மகளைக் கனிவுடன் பார்த்தார் மஹாதேவன்.

மங்களம் பாயசத்தை ஸ்வாமி முன் வைத்து கற்பூரம் காட்டி நைவேத்தியம் செய்தாள். இருவருக்கும் கற்பூரத் தட்டைக் காட்டினாள்.

"பகவானே அப்பாவுக்கு இன்னும் நிறைய ஆயுசைக் கொடு" என்று மனத்துக்குள் வேண்டியபடி கற்பூரத்தைக் கண்ணில் ஒற்றிக் கொண்டாள் உமா.

மங்களம் இருவருக்கும் சமையல் உள்ளில் இலை போட்டு பரிமாறினாள். கத்தரிக்காய் எண்ணெய்க்கறி, புடலங்காய்க்கூட்டு, வெள்ளரிக்காய் பச்சடி, மாங்காய் சாம்பார், இடித்து பிழிந்த பாயசம் என்று எல்லாம் அப்பாவுக்குப் பிடித்த சமையலாகவே பண்ணியிருக்கும் அம்மாவைப் பார்க்கும்போது, உமாவுக்குப் பெருமையாயிருந்தது. அப்பாவை இதுவரை அவள் எதிர்த்துப் பேசி பார்த்ததில்லை உமா. பாதித் தூக்கத்தில் எழுப்பி வென்னீர் வேண்டும் என்று சில சமயம் கேட்பார். அப்போது கூட துளிக் கூட முகம் சுளிக்காமல் வெந்நீர் வைத்து சீரகம் போட்டு, பதமாக ஆற்றிக் கொடுப்பாள். அப்பா இந்த நிமிடம் வெளியே கிளம்பு என்றால் கிளம்பி விடுவாள். அவ

ளுக்கு கணவன் சொல்லே வேத வாக்கு. இப்படி ஒரு தாய் வயிற்றில் பிறந்தது தன் பாக்கியமே என்றுதான் நினைப்பாள் உமா.

அதே நேரத்தில் தாய்க்கு சிறிதும் குறைந்தவரில்லாமல் தந்தையும் இருந்தார். அப்பா அம்மாவை அதட்டிப் பேசி அவள் பார்த்ததில்லை. சில நேரத்தில் அம்மாவையே என்னம்மா,' வாம்மா, என்று மென்மையாக, ஆசையாக அழைக்குமளவுக்கு அம்மாவிடம் அன்பாயிருந்தார் அவர்.

அவர்களுக்கு உமா ஒரே பெண். அவளின் ஒரே குறையே கூடப் பிறந்தவர்கள் யாருமில்லையே என்பதுதான்.' அடிக்கடி இதுபற்றி அம்மாவிடமே, ''ஏம்மா, எனக்கு ஒரு அண்ணா, தம்பி, தங்கை எல்லாரும் இருந்திருந்தா எவ்வளவோ நல்லாயிருக்கும்'' என்று குறைபட்டுக் கொள்ளும் போது மங்களம் சிரித்துவிட்டு, '''போடி அசடு'' என்பாள்.

மொத்தத்தில் சின்னக் குடும்பமாய் சந்தோஷமாய் ஆசையும் பாசமுமே இரு கரைகளாய், தெளிவாய் ஓடிக் கொண்டிருந்தது அந்தக் குடும்ப நதி.

''போய்ட்டு வரேம்மா'' ஹேண்ட் பாகை தோளில்மாட்டியபடி தெருவில் இறங்கினாள். மஹாதேவன் ஸ்கூட்டரில் ஏறி ஸ்டார்ட் செய்ததும் பின் ஸீட்டில் உட்கார்ந்து கொண்டாள். வண்டி தெரு முனை திரும்பும் வரை பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள் மங்களம்.

உமா ஒரு பெரிய ஃபாரின் கொலாபரேஷன் நிறுவனத்தில் இரண்டாயிரத்துக்கு மேல் சம்பாதிக்கும் எக்ஸிகியூடிவ் டைரக்டராயிருந்தாள். மஹாதேவன் ஹவுஸிங் போர்டில் எக்ஸிகியூடிவ் என்ஜினியராக இருந்



சேனைக் கிழங்கு கேக்

½ கிலோ சேனையை தோல் சீவி அரிசி களைந்த நீரில் துண்டங்களாக நறுக்கிப் போட்டு வேகவைத்து, வெழுமுனை அரைக்கவும். இது 2 கப் விழுது வரும். 1 கப் கொப்பரைத் துருவல், மைதா 1 கப் சிறிது நெய்யில் பொன்னிறமாக வறுக்க அம் வாணலியை அடுப்பில் வைத்து 3 கப் சர்க்கரை நல்ல கெட்டி பாகாய் வைத்து மேற்சொன்னவைகளைப்போட்டு 1 கப் நெய் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு கிளற, ஒட்டாமல் வரும் சமயம் நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில் பரப்பி, ஆறின பிறகு வில்லைகள் போடவும். ருசி அருமையாய் இருப்பதோடு, நிறைய வில்லைகள் கிடைக்கிறது.

— காமாட்சி.

தார். ஒரே மகளானதால் உமாவை நன்கு படிக்க வைத்தார். உமாவும் எம். காம் முதல் வகுப்பில் தேறி வேலை தேடத் தொடங்கிய போது 'பாங்க் முதல் பல வேலைகளுக்கு ஆர்டர் வந்த போது உமா இந்த கம்பெனி வேலையையே விருப்பப்பட்டு தேர்ந்தெடுத்தாள். இந்தச் சின்ன வயதில் இவ்வளவு பெரிய பொறுப்பு வாய்ந்த பதவி கிடைத்தது அவளது அதிர்ஷ்டமே. சென்னைக் கிளையின் நிர்வாகம் பூராவும் அவள்தான் ஏற்று நடத்தினாள். உமா இந்தப் பதவி ஏற்று கிட்டத்தட்ட நான்கு வருடங்கள் ஓடிவிட்டன.

ஆபீஸ் வாசலில் ஸ்கூட்டர் நின்றதும் இறங்கிக் கொண்டு தந்தையிடம் விடை பெற்று உள்ளே நுழைந்தாள். அவள் தலையைக் கண்டதும் ஒரு பரபரப்பு எல்லாரிடமும் பரவியது. ரிஸப்ஷன் ஹால் என்றுமில்லாமல் நிறைந்திருந்தது. ஓ! இன்று இண்டர்வியூவிற்கு நிறைய பேரை அழைத்திருக்கிறோம் அல்லவா? மறந்தே விட்டது அவளுக்கு. ஆபீஸில் இரண்டு மூன்று பதவிகளுக்கு நிறைய ஆள் தேவைப்பட்டது. இரண்டு மூன்று வருடங்களாகவே ரெக்ரூட்மெண்ட் எதுவும் இல்லை. அதனால் பேப்பரில் விளம்பரம் கொடுக்க, மலை போல் குவிந்த அப்ளிகேஷன்களை பரிசீலித்து, மூன்று பதவிகளுக்கும் மூன்று பாட்சாக வெவ்வேறு நேரங்களுக்கு வரும்படியாக இண்டர்வியூ கார்ட் அனுப்பியிருந்தாள். காலை பத்து முதல் பன்னிரண்டு வரை ஸ்டெனோ போஸ்டுக்கும், பிறகு 5 மணி வரை அட்டெண்டர் பதவிக்கும் இண்டர்வியூ.

உமா தன் அறைக்குள் நுழைந்தாள். சில்லென்ற ஏ.ஸி.யின் குளுமை இதமாக இருந்தது. சுத்தமான அறை. பெரிய டேபிள். உமா சேரில் உட்கார்ந்து இரண்டு நிமிடம் வழக்கம் போல் மௌனமாக ஆண்டவனைத் தொழுதாள். பிறகு டேபிள் டிராவில் வைத்திருந்த ஊதுபத்தியை நான்கைந்தாக வைத்து கொளுத்தி அறை மூலையில் இருந்த சின்ன டேபிளில் வைத்திருந்த ஸ்டாண்டில் செருகி வைத்தாள். லேசான மல்லிகை மணம் அறை முழுவதும் மிருதுவாக பரவியது. பீரோவிலிருந்து அன்றைக்கு பார்க்க வேண்டிய பைல்களை எடுத்து டேபிள் மீது வைத்துவிட்டு இண்டர்காமில் செக்ரட்டரியை அழைத்து,

"ஹலோ நாராயணன் குட்மார்னிங். மிஸ்டர் குருமூர்த்தி ஹாஸ் கம்?" என்றாள்.

பதில் குட்மார்னிங் சொன்ன நாராயணன் குருமூர்த்தி வந்து விட்டதாக தெரிவித்ததும்,

"ஓ. கே. ஐ வில் டாக் டு ஹிம்" என்று விட்டு, பிறகு வேறு ஒரு எண்ணில் குருமூர்த்தியுடன் தொடர்பு கொண்டாள்.

"குட்மார்னிங் சார். டு டே வி ஆர் ஹேவிங் இண்டர்வியூ. எங்க வெச்சுக்கலாம். நீங்க இங்க வரீங்களா? இல்லே உங்க ரூம்லயே வெச்சுக்கலாமா. நா அங்க வரேன்?" என்றாள்.

மறுமுனையில் குருமூர்த்தி, "நானே அங்க வரேன் உமா," என்று கூறியவர், அடுத்த பத்து நிமிடத்தில் உமாவின் அறைக்குள் நுழைந்ததும் உமா புன்சிரிப்புடன் அவரை வரவேற்றாள்.

குருமூர்த்தி கவர்ன்மெண்டில் பெரிய பதவி வகித்து ஓய்வு பெற்றபின், இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்தான் இங்கு வேலைக்கு சேர்ந்தார். வயதில் உமாவை விட பெரியவரானாலும் அவளுக்கு கீழ்தான் மானேஜராக வேலை செய்தார். அதில் அவருக்கு எந்த காம்ப்ளெக்ஸும் இல்லாததன் காரணம் உமாவின் நற்குணமும் மரியாதையும் அடக்கமும்தான். வயதில் தன் தகப்பனார் ஸ்தானத்தில் இருப்பவர் என்று அவரிடம் மிகுந்த மரியாதையும் அன்பும் வைத்திருந்தாள். கம்பெனியின் எந்த ஒரு சின்ன விஷயத்திற்கும் அவரை கலந்து ஆலோசிக்காமல் முடிவெடுக்க மாட்டாள். மொத்தத்தில் தனக்கு கீழிருந்தாலும் அவரை தன் சீனியராகத்தான் நடத்தினாள்.

நாராயணன் ஸ்டெனோ போஸ்ட்டுக்கு வந்திருந்தவர் எல்லாருக்கும் டிக்டேஷன் கொடுத்து அவர்களை டைப் பண்ணச் சொல்லி டைம் குறித்துக் கொண்டான்.

அதுவரை உமாவும் குருமூர்த்தியும் விவரங்கள் அடங்கிய பைல்களைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தனர்.

சிறிது நேரம் கழித்து உமாவிடம் சொல்லி விட்டு நாராயணன் ஒவ்வொரு ஆளாக உள்ளே அனுப்பினான்.

நேரம் ஓடிக் கொண்டிருந்தது. ஒருவழியாக இரண்டு பாட்ச் முடிந்து, மூன்றாவது அட்டெண்டர்ஸ் போஸ்ட்டுக்கான இண்டர்வியூ தொடங்கியது. மொத்தம் பத்து பேர் இருப்பதாக நாராயணன் சொன்னதும் ஒவ்வொருவராக உள்ளே அனுப்பச் சொன்னாள்.

எட்டு பேருக்கு இண்டர்வியூ முடித்த

டிரான்சிஸ்டருக்கும், டார்ச் லைட்டுக்கும் ஏற்ற, சீரான அதிக சக்தி அளிக்கும் பாட்டரி:



அதுதான் - நிப்போ ஸ்பெஷல். ஆனல், விலையோ மலிவு!

லேபிளைப் பார்த்து வாங்குங்கள். பலதரப்பட்ட உபயோகங்களுக்கான பாட்டரி—நிப்போ ஸ்பெஷல் ஐ.எஸ்.ஐ. முத்திரை கொண்டது. ''பளிரெ''ன ஒளி, ''கணீரெ''ன ஒலி, அத்தோடு நீண்ட உழைப்பும் தரவல்லது.

அதுவும்; சாதாரண, டார்ச் லைட்டுக்கு மட்டுமே போடக் கூடிய பாட்டரியையும் விடக் குறைந்த செலவில்!

நிப்போ ஸ்பெஷலை உபயோகியுங்கள்; தரத்தின் உயர்வை அனுபவியுங்கள்.

National NIPPO
Batteries

நிப்போ பாட்டரிகள்: நேஷனல்-ஜப்பானின் தொழில் நுட்பத்தில் தயாரானவை

போது மணி நாலரை ஆகிவிட்டது. லேசாகத் தலைவலி உமாவுக்கு. காலையிலிருந்து கேள்விகள்... கேள்விகள்... கேட்டு கேட்டு அலுத்துப் போய்விட்டது.

இண்டர்காம் அழைத்தது. எடுத்துக் கேட்டாள். "ஷல் ஐ செண்ட் தி நெக்ஸ்ட் மேன் மேடம்?"

"ஓ. கே," சொல்லிவிட்டு வைத்தாள். அடுத்த ஆள் உள்ளே வந்து வணக்கம் கூறிவிட்டு உட்காரச் சொன்னதும் பவ்யமாக பட்டும் படாமலும் உட்கார்ந்தான்.

குருமூர்த்தி கேள்விகளை கேட்க ஆரம்பித்தார். உமா அவனுடைய சர்ட்டிபிகேட்டுகளை வாங்கிப் பார்த்தாள்.

"உன் பெயர்?"

"ஹரிஹரன் சார்."

"என்ன படிச்சிருக்கே?"

"எஸ். எஸ். எல். சி. பாஸ் பண்ணியிருக்கேன்."

"நல்ல மார்க் வாங்கியிருக்கியே ஏன் மேல் கொண்டு படிக்கவில்லை" உமா கேட்டாள்.

"வசதி இல்லேங்க," இரண்டே வார்த்தைகளில் நறுக்கென்று அவன் பதில் சொன்னதும் தன் கேள்வியே முட்டாள்தனமோ என்று நினைத்தாள். அடுத்த கேள்வியை குருமூர்த்தி கேட்டார். "இதற்கு முன் ஏதாவது வேலை பார்த்திருக்கியா, ஐ மீன் முன் அனுபவம் ஏதாவது இருக்கா?"

"இல்லே சார்," என்று கூறிச் சிறிது தயங்கியவன், பிறகு மெல்ல "எங்க போனாலும் இந்தக் கேள்வியையே கேட்கிறார்கள். இல்லே என்று சொன்னால் ரிஜெக்ட் பண்ணி விடுகிறார்கள். பிறகு எப்படி என் போன்றவர்களுக்கு முன் அனுபவம் கிடைக்கும்? சான்ஸே இருக்காதே" என்றான்.

குருமூர்த்திக்கு என்னமோ போலாகிவிட்டது. சட்சட்டென்று பதில் சொன்னாலும் அதில் ஒரு சத்தியம் ஒலிப்பதை இருவராலும் மறுக்க முடியவில்லை. குருமூர்த்தி மேலும் சில கேள்விகள் கேட்கும் போது உமா அந்தப் பையனையே உற்றுப் பார்த்தாள். அவன் பேசும் விதம், கண் அசைவு, அழுத்தமான சிரிப்பு, லேசாக விரிந்த காது மடல், அகன்ற நெற்றி, படிய வாரியிருந்த தலை...., ஏனோ சட்டென்று அப்பாவின் ஞாபகம் வந்தது உமாவுக்கு.

"சரி, நீ போகலாம். வி வில் லெட் யூ நோ த்ரூ லெட்டர்" என்று கூறினார் குருமூர்த்தி. உமா அவனுடைய ஃபைலைத் திருப்பிக் கொடுத்தாள். நன்றி சொன்னவன் திரும்பி நடந்தான். உமா அவனையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள். வலது கையை வீசி நிமிர்ந்து நடந்த அவனது நடை... ஏனோ மறுபடியும் அப்பா ஞாபகம்தான் வந்தது உமாவுக்கு. இவனுக்கு அப்பா சாயல் இருக்கிறதோ என்று நினைத்தாள். ஒருவரை மாதிரி ஏழு பேர் இருப்பார்களாமே. அது சரிதான். அப்பா சாயலில் இவன் ஒருவனைப் பார்த்து விட்டேன். இன்னும் ஆறு பேர் எங்கிருக்கிறார்களோ? என்னை மாதிரி கூட ஏழு பேர் இருப்பார்களோ? அவளுக்கு அவளை மாதிரி யாரையாவது பார்க்கவேண்டும்என்று ஆசை வந்தது.

"என்ன உமா? யார் யாரை செலக்ட் செய்யலாம்? ஹாவ் யூ டிசைடட் எனிதிங்?"

"ம்... என்ன? சட்டென்று நினைவுகளிலிருந்து விடுபட்டவள், "வி வில் டிசைட் டுமாரோ சார்," என்று சொல்லிவிட்டு, இருவருக்கும் காப்பி அனுப்பும்படி நாராயணனிடம் கூறினாள்.

இரவுச் சாப்பாட்டின் போது உமா அப்பாவிடம், இண்டர்வியூ பற்றிக் கூறியவள், "யூ நோ டாடி, இன்னிக்கு உங்களாட்டமே ஒரு பையன் இண்டர்வியூவிற்கு வந்திருந்தான்."

"அப்படியா?" என்று கேட்டுச் சிரித்தார் மஹாதேவன்.

"ஆமாம்ப்பா. இதுலென்ன ஆச்சரியம்னா, சாயல் மட்டுமில்லே. அவனோட நடை, சிரிப்பு, பேச்சு எல்லாம் கூட உங்களாட்டமே இருந்ததுதான் அதிசயம்" என்றாள்.

"நாத்துல ரெண்டு பேர் இப்படி அதிசய ஒத்துமையோட இருப்பான்னு எங்கம்மா கூட சொல்லுவா" என்று மங்களம் கூறியதை ஆமோதித்த உமா கைகழுவ எழுந்தாள்.

ஏனோ மஹாதேவன் மோர் சாதத்தைச் சாப்பிடாமல் அளைந்து கொண்டிருந்தார்.

"ஏன், சாதம் பிடிக்கலையா?" என்று மங்களம் கேட்டது கூடக் காதில் விழாமல் சிந்தனையில் இருந்தார் அவர்.

(தொடரும்)



பிரிட்ஜின் ஐஸ் டிரேயில் தண்ணீர் வைப்பதற்கு பதிலாக, ஏதாவது ஒரு குளிர் பானம் (அ) ஜூஸ் போன்றவற்றை வைத்து அதில் ஐஸ் ஸ்டிக்கையும் வைத்தால், நான்கு மணி நேரத்தில் குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடும் குச்சி ஐஸ் தயார்.

— ஆர். வித்யா.





பூச்சிகள் தொல்லை



தலைவன் தன் தொழில் நிமித்தம் வெளியில். தலைவியும் தன்னால் இயன்ற பொருள் ஈட்ட ஆபீஸில். குழந்தைகள் கல்வி நிலையங்களில். காலை ஏழு மணியிலிருந்து வீட்டிலிருந்து ஒவ்வொருவராகப் புறப்பாடு. மாலை நான்கு மணியிலிருந்து எட்டு மணி வரை பட்சிகள் கூட்டுக்குத் திரும்பி வருவது போல ஒவ்வொருவராக நுழைகின்றனர். வாரத்தில் இரண்டு ஞாயிற்றுக் கிழமைகள் இருந்தால் வீட்டைச் சற்றுக் கவனித்துக் கொள்ளவாவது முடியும். கிடைக்கும் ஒரு ஞாயிறில் பாதிநாள் எல்லோரும் டீ. வி.க்கு முன்னால் தர்ணா! மிச்ச பாதி நாளில் எதை என்று செய்வது?

மாதம் ரூ. 300, 400 வாடகை கொடுத்தாலும், செய்வதென்னவோ புறாக் கூண்டு சம்சாரம்தான். சாமான்கள் அடைசல், இடத்துக்கு நெரிசல், ஒழிக்கடைம் இல்லை. விளைவு: "பூச்சிகளின் எல்லையில்லாத் தொல்லை, அடியோடு பொறுக்க முடியலை'' என்ற ஓலம். கரப்பான்களும், எலிகளும், ஈக்களும், கொசுக்களும், மூட்டைப்பூச்சிகளும் வீட்டை துவம்சம் செய்கின்றன. நம் கூடவே இருந்து குடித்தனம் செய்யும் அவைகளை அழிக்க வேண்டும் என்றால், அவைகளைப் பற்றிச் சற்று அறிந்திருப்பதும், அவசியம்.

பொதுவாக இருட்டும், அழுக்கும், வெடிப்புகளும் பூச்சிகளுக்குப் பச்சைக்கொடி காட்டுகின்றன. 'கொச கொச' தண்ணீர்த் தேக்கம்' இருந்தால் ஈ, கொசுக்களுக்குக் கொண்டாட்டம். கொசுக்களை ஒழித்துக் கட்ட ஆப்பிரிக்கர்கள் ஒரு விசித்திரமான முறையைக் கையாளுகின்றனர். படுக்கை அறையில் ஒரு மூலையில் பானையில் தண்ணீர் நிரப்பி அதைத் திறந்து வைக்கின்றனர். ஆண் கொசுக்கள் சுத்த சைவம். கடிப்பதெல்லாம் பெண் கொசுக்கள்தாம். கடித்து முடித்தபின் வயிறு கனத்துப் போய் ஒரு நிம்மதியான நீர்த் தேங்கும் இடத்தை நோக்கிப் போகின்றன. இந்த நீர்ப் பானையைக் கண்டதும், அங்கே சென்று 'ரெஸ்ட்' எடுத்துக்கொண்டு, வந்ததுதான் வந்தோமே, கையோடு இங்கேயே முட்டையிடும் வேலையையும் முடித்துக் கொண்டு விடலாம்' என்று முட்டையை அதில் இடுகின்றன. பிற்பகலில் கொதிக்கும் மணலில் அத்தண்ணீரை இறைத்துவிட்டால் முட்டைகள் பொரிந்து விடுகின்றன.

மலேரியா தடுப்பு நிர்வாகத்தில் வேலை செய்யும் 'என்டமாலஜிஸ்ட்' (பூச்சி விஞ்ஞானி) நண்பர் தரும் அட்வைஸ் இன்னும் விசித்திரமானது. அவர் கூறுவது: "கொசு கடிக்காமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். கடிக்க ஆரம்பித்துவிட்டால் அதைக் கொல்லாதீர்கள், விரட்டாதீர்கள். கடித்தபின் பறந்து போக அனுமதியுங்கள்.''

"இது என்ன வேடிக்கை? ஏன் அப்படி?"

"கொசு நம் தோலில் 'சுருக்'கென்று இஞ்சக்ஷன் செய்தபின், இரத்தத்தை மூக்கின் சிறிய துவாரம் மூலம் உறிஞ்சவும், ரத்தம் உடனே உறையாமல் இருக்கவும் செய்ய, தன் வாயிலிருந்து எச்சிலை நம் உடலுள் செலுத்தி, அதனுடன் சேர்த்து மறுபடி ரத்தத்தை உறிஞ்சுகிறது. இந்த எச்சிலில்தான் அத்தனை மலேரியா, பைலேரியா, டெங்கு, யானைக்கால் கிருமிகளும் உள்ளன. ஆக, முழுமையாகக் குடிக்க விட்டுவிட்டால், என்ன இருந்தாலும் ஆபத்துக் குறைவுதான்.''

கொசு வலை கட்டிக் கொண்டு படுத்தால், ஃபேன் காற்று உடம்பில் உறைப்பதில்லை. அதை எடுத்துவிட்டால், கொசு பிடுங்குகிறது. ப்ளிட் அடித்து ஈ, கொசுவைக் கொல்லுகிறோமே தவிர, அந்த நச்சுக் காற்றை நாமும், பச்சிளங்குழந்தைகளும் சுவாசிக்கிறோம். ஆகையால், ஈ, கொசு உற்பத்தியைத் தடை செய்வதே சாலச் சிறந்தது. வீட்டுக்குள்ளும் வெளியிலும் தண்ணீர் தேங்காமல் பார்த்துக்

பொறுக்க முடியலை

சொன்னுங்கள். கார்ப்பரேஷன், முனிசி பாலிடி காரர்களை மருந்து ஸ்ப்ரே பண்ணச் சொல்லுங்கள். கடைசி பட்சம், தேங்கும் தண்ணீரின் மேல் சில சொட்டுகள் கெரஸின் விட்டால் கூடக் கொசுப் புழுக்கள் சுவாசிக்க பிராணவாயு கிடைக்காமல் இறந்துவிடும். வலைக்கதவுகளையும், ஜன்னல்களையும் பொருத்தி அவை வெளிப்பக்கம் திறக்கும்படி அமைத்தால் ஈ, கொசுக்கள் வீட்டுக்குள் வருவதை நன்ருகத் தடுக்க இயலும். ஈக்களைக் கொல்லச் சிறந்த வழி ட்யூகன் பெயிட் அல்லது பேகன் பெயிட் (2 சதவீதம்) தெளிப்பது. இது ஈக்களைக் கவர்ந்து உண்ண வைக்கும். ஒரே நிமிஷத்தில் ஈக்கள் காலி. ஆனுல் இதைக் குழந்தைகள் நடமாடும் வீட்டில் தெளிப்பது சரியில்லை. அதுவும் தவழும் குழந்தைகள் உள்ள வீட்டில் இதைத் தெளிப்பது ரொம்பவே ரிஸ்க்கி விஷயம்.

டைட் மூடி கொண்ட டப்பாக்களில் சாமான்களைப் போட்டு வைத்தால், எறும்புகளிடமிருந்து காப்பாற்றுவது சுலபம். சாப்பாட்டு அயிட்டங்களில் எறும்பு வந்தால் — பிரிட்ஜ் இல்லாதவர்கள் — ஒரு அகலத் தட்டில் தண்ணீர் விட்டு நடுவில் தீவு போல எல்லா உணவுகளையும் ஒன்றன்மேல் ஒன்ருகக் கோபுரமாக அடுக்கி வைக்கவும். எங்கள் பக்கத்து வீட்டு மாமிக்குத் தினமும் தேங்காய் மூடியில் மொய்க்கும் எறும்புகளைக் கண்டதும் கோபம் பிய்த்துக் கொண்டு வரும். கொதிக்கும் சிமெண்ட் தரையில் அவைகளை 'பட்,பட்' என்று கொட்டி, 'பாப்கார்ன்' ஆக்குவாள். மேற்சொன்னபடி செய்தால், பாவம் அத்தனை எறும்புகளும் பிழைத்துப் போகும். தண்ணீரைத் தாண்டிக் கரப்பான், பாச்சைகளும் வருவதில்லை.

காட்டில் பிரம்மாண்டமான மரங்களைத் தின்று ஏப்பம் விடும் செல்களுக்கு வீட்டில் புத்தகங்களும்; மர சாமான்களும் ஒரு பொருட்டே இல்லை.

('செல்' என்பது சென்னை வட்டாரத்தில் செல்லுபடியாகும் சொல். கறையான் என்றும் கூறுவர். ஆங்கிலத்தில் **White ants** அல்லது **termites**) ஆனுல் செல்களிடமிருந்து மருந்து இல்லாமலேயே புத்தகங்களைக் காப்பாற்றுவது மிகவும் சுலபம். செல்கள் எங்கிருந்தோ ஈரமண்ணைக் கொண்டு வந்து சுரங்கப்பாதை அல்லது வீடு அமைத்துக் கொண்டுதான் உள்ளேயே செயல்படும். நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் இந்தத் தொடர்பைச் சிறிது கெரஸின் விட்டுத் துண்டிப்பதுதான். ஈரமண் சப்ளை இருக்கும் வரை கறையான்கள் கரையா (கரைய மாட்டா.).

தைரியசாலியான பெண்கள் கூடப் பார்த்தவுடன் நடுநடுங்கும் பூச்சி ஒன்று உண்டென்ருல் அதுதான் கரப்பான் பூச்சி. அசிங்கமான, அருவருப்பான, வியாதிகளைப் பரப்பும் 'டர்ட்டி கிரீச்சர்' என்பார்களே அது இதுதான். இருட்டிலே வளர்ந்து, அழுக்கையே பரப்பும் இதன் மகாத்மியத்தை விளக்க ஒரு கட்டுரை போதாது. கண்ட இடத்தில் எச்சமிட்டு, உணவுப் பொருள்களை வீணடித்து, காகிதம், தோல், பாலிதீன் வரை எதை வேண்டுமானுலும் தண்ணீரில்லாமலேயே உலர்ந்ததாகவே உண்டு, அல்லது மாதக் கணக்கில் உண்ணுமலேயே ஜீவிக்கும் இது, எதிரே வந்து நின்றுகொண்டு மீசையை முறுக்கிக் கொண்டு சவால் விடும் பாணியே அலாதி! தப்பி ஓடுவதில் சூரன். ஓட்டப் பந்தயத்தில் இது பூச்சிகளிலே பி.டி.உஷா! எந்தப் பிரதிகூலமான சூழ்நிலையிலும் பிழைத்து வாழும் சக்தி (**Survival Capacity**) மிக மிக அதிகம். ஆகையால் 'இதை அழிக்க முடியாது, குறைக்கத்தான் முடியும்' என்பது விஞ்ஞானிகள் ஒப்புக் கொண்ட உண்மை. உலகமே அணுகுண்டால் அழிந்து போனுல் கூட எஞ்சி நிற்கப் போவது கரப்பான் பூச்சி ஒன்றுதான். ஏனென்ருல் கதிரியக்கத்தால் கூடப் பாதிக்கப்படாதபடி குணநலன்களை இயற்கை அதற்கு அளித்திருக்கிறது என்ருல் பார்த்துக் கொள்ளுங்களேன்'

மருந்தில்லாமல் கரப்பான்களைப் பிடிக்கும் பொறிகள் (உள்ளே புகுந்தபின் வெளியே வர முடியாதவை) மார்க்கெட்டில் கிடைக்கின்றன. இவைகளை உபயோகிக்கலாம். ட்யூகன் பெயிட், அல்லது பேகன் பெயிட் அல்லது போரிக் பவுடர் ஆகிய ஏதோ ஒன்றை நீர்விட்டுக் கலந்து சிறுசிறு உருண்டைகளாக்கி கரப்பான் நடமாடும் இடத்தில் காகிதத்தின்மேல் இரவில் பரப்பி வைத்தால், காலையில் நூற்றுக்கணக்கான பூச்சிகள் போர்க்களத்து வீரர்கள் போல இறந்து சிதறி

மற்ற எல்லா அழகு சாதனங்களை விட பால் சிறந்த அழகு சாதனம்! ஆம், பால் நிறைய குடித்தால் முகத்தில் எண்ணெய் (அசடு அல்ல!) வழியாது, உதடுகள் பொலிவுடன், சிகப்பாகத் திகழும்! பாலிலுள்ள வைட்டமின் 'ஏ' சத்து, நம் தோலுக்கு நல்ல மெருகையும், வனப்பையும் தருகிறது! உங்கள் தோலை வழவழப்பாகவும், அழகாகவும் செய்ய எவ்வளவு புரதச் சத்து தேவையோ, அதில் மூன்றில் ஒரு பங்கை தினம் 2 டம்ளர் பால் தந்து விடும்! இந்த புரதச் சத்தினுல் கூந்தல் கூட பொலிவைப் பெறுகிறது! பாலிலுள்ள 'கால்ஷியம்' உங்கள் பற்களை பாதுகாக்க பயன்படுகிறது!

— சம்பத்குமாரி

(ஆதாரம்: Society)

அழகிய மென்மைப் பொட்டு
அற்புத கருமைக் கோடு...

அடடா ஓ! உம்மைக் கவர்ந்திடும் பெண்மை.



சிங்கார் குங்கும பொட்டு

சீராக பரவுவதற்கு மிகச்சிறப்பான தரமுள்ள பொருள்களால் தயாரிக்கப்பட்டது... விரியாது. பரவாது. உங்கள் ஆடைகளுக்குப் பொருந்தும் வண்ணங்கள்

சிங்கார் கண்மை

மென்மையான, இதமான, வளமான கருமை. உங்கள் கண்களை குளிர்ச்சியோடும் அழகோடும் வைத்துக் கொள்வதற்காக தூய்மையான பொருட்களால் தயாரிக்கப் பட்டுள்ளது. இடுவதும் எளிது அதனை நீக்குவதும் அதேபோல் எளிது.

சிங்கார்®

குங்கும் பொட்டு மற்றும் கண்மை.

தூய்மையானது. மென்மையானது அழகானது—உங்களைப்போல்!

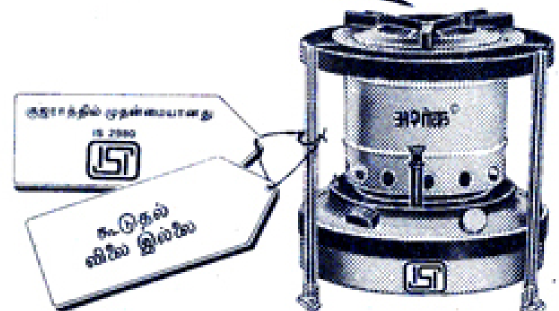


everest/85/SH/274-tm

அசோக்©

உங்கள் விருப்பத்திற்குகந்த ஸ்டவ்விற்கு IS 2980 ISI அங்கீகாரம் கிடைத்துவிட்டது என்பதை பெருமையுடன் அறிவித்துக் கொள்கிறது.

சரியான தரத்தை உருவாக்கத் தொடங்கிவிட்டால், ஒருபோதும் குறையாது அதன் மதிப்பு.



தயாரிப்போர்:
அசோக் அயர்ன் & ஸ்டீல் ஃபேப்ரிகேட்டர்ஸ்,
ராஜ்கோட் - 360 004.

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
மீரா உத்யோக்
மவ்டி ப்ளாட், ராஜ்கோட் - 360 004 (குஜராத்)
போன்: 28215/88443 கிராம்: 'அசோக் ஸ்டவ்'.

ATEX/580—TAM

விருப்பதைப் பார்க்கலாம். இதிலும் ஓர் எச்சரிக்கை. இதை எப்போதாவது ஒருமுறைதான் செய்ய வேண்டும். அடிக்கடி செய்தால் மருந்தை உண்டு செரிக்கும் சக்தி வந்துவிடும்! பிறகு எந்த மருந்துக்கும் மசியாது!

மூட்டைப் பூச்சிகளை அழிக்க, அடிக்கடி சுவற்றில் சந்து, பொந்து, பொக்கை, பொன்னல், மற்றும் கட்டில், நாற்காலிகளில் கற்பூரம், கெரசின், நீர் ஆகியவற்றின் கரைசல் அல்லது டிக் — 20 கரேசலோ தெளித்து வெற்றி காணலாம்.

வண்டுகளும் புழுக்களும் நன்றாக உலர்ந்த தானியங்களைச் சட்டென்று பாதிப்பதில்லை. நன்கு உலராத பச்சரிசிக்குச் சீக்கிரம் புழு வரும். புழுங்கலரிசி சற்று தேவலாம். குளிர் காலத்தில் பயிராகும் தானியங்களுக்கு (கடலே, கோதுமை, பட்டாணி போன்றவை) வண்டின் பாதிப்பு அதிகம். ரவையை வாங்கி வந்தவுடன் சலித்து, இளஞ்சிவப்பில் வறுத்து பாக் பண்ணி வைத்துக் கொள்ளலாம். இந்த முறையினால் இதன் Shelf Life நீடிக்கிறது.

சில ஏரியாக்களில் பாம்பு நடமாட்டம் அதிகம். கோட்டூர்புரம் போன்ற தாழ்வான ஏரியாக்களில் வெள்ளத்தில் அடித்துக் கொண்டு வரப்பட்ட பாம்புகள் வெள்ளம் வடிந்தபின் அதிகமாகத் தென்படும். பாம்பை விரட்ட மிகவும் மலிவான அதேசமயம் சக்தி வாய்ந்த மருந்து கார்பாலிக் அமிலம் (அதாவது ஃபினைல்) வாயிற்படியில் இரவு தெளித்து வைத்தால் பாம்பு அண்டவே செய்யாது. வளைக்கு உள்ளே பாம்பு இருந்தால் கூட ஃபினைல் தண்ணீர் பட்டவுடன் வெளியில் ஓடி வந்துவிடும்.

நாசகார வேலையில் ஈடுபடுவதில் எலிக்கு ஈடு எலிதான். கூரிய பற்கள், திருட்டுப் பார்வை, அகோரப் பசி, கூடவே அமோகமான வம்ச விருத்தி. ஒரு எலி தம்பதி, ஒரே வருடத்தில் 880 எலிகளுக்கு முன்னோர்கள் ஆகின்றன. ஒரு மசால் வடை முக்கால் ரூபாய் விற்கும் இக்காலத்தில், எலி விழுவது விழாதது நிச்சயமில்லாத போது, மசால்வடை வைத்து எலி பிடிப்பது புத்திசாலித்தனமான காரியம் அல்ல. 500 கிராம் ஆட்டா மாவுடன் ஒரு ஸ்பூன் துத்தநாக பாஸ்பைடு (Zinc Phosphide), சிறிது எண்ணெய், நீரையும் கலந்து சிறு உருண்டைகளாக்கி எலி நடமாடும் இடத்தில் போட்டு வைக்கவும். கடைகளில் கிடைக்கும் எலி பாஷாணங்களையும் உபயோகிக்கலாம். சாகும் எலி வீட்டிற்கு வெளியில் போய்ச் சாக வேண்டும் என்று ஆண்டவனை வேண்டிக் கொள்ளுங்கள்.

உயிருடன் பிடிக்க வேண்டுமானால், கடையில் அச்சடிக்கும் பசை (ப்ரிண்டர்ஸ் க்ளூ) கிடைக்கிறது. அதை ஒரு மரப்பலகையில் தடவி நடுவில் ஒரு உணவு உருண்டையை வைத்து விடவும். இரவில் பலகையின் மேல் கால் வைத்தவுடன் அது பசையில் சிக்கிக் கொள்ளும். அப்புறம் தப்பி ஓட முடியாது.

பூச்சிகளை அழிப்பது வீட்டுக்குத் தேவை. எலிகளை அழிப்பது நாட்டுக்கே சேவை!

— எஸ். டி. ராகவன்.

கோவையில் 29 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக
மக்கள் சேவையில் புகழ் பெற்ற நிறுவனம்

கமலா ஸ்டோர்ஸ்

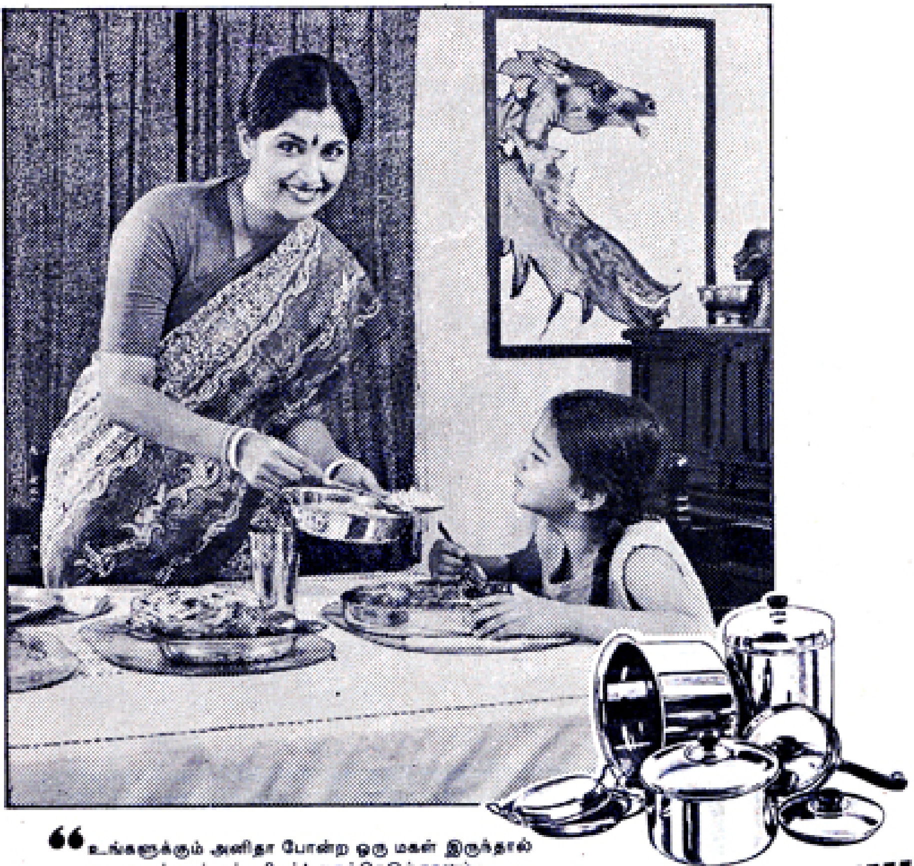
16, கிராஸ்கட் ரோடு, காந்திபுரம், கோயமுத்தூர்-641012
போன்: 22489 வீடு: 30778

மங்கையர் விரும்பும் நவீன விதவிதமான
உயர்தர எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள் மற்றும்
பித்தளை தாமிர பாத்திர வகைகள்
வாங்க சிறந்த இடம்

கமலா எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்

எங்கள் பேக்டரியில் தயாராகிறது எல்லாவித ஆர்டர்களும் கவனிக்கப்படும்

பிரஸ்டிஜ் பிரஷர் குக்கர் விற்பனை செய்வதுடன்
சர்வீஸ்கும் செய்து கொடுக்கிறோம்



❝உங்களுக்கும் அனிதா போன்ற ஒரு மகள் இருந்தால்
என் கஷ்டம் புரியும்! எதற்கெடுத்தாலும்
அழுகை, ஆர்ப்பாட்டம், முரட்டுப் பிடிவாதம்!
சாப்பிடுவதிலும் அப்படியே. கறிகாய் பிடிக்காது. சப்பாத்தியைக்
கொறித்துவிட்டு மீதியைத் தன் செல்ல நாய்க்குட்டிக்குப் போடுவாள்.
கடிந்துகொண்டால் மூக்கின்மேல் கோபம் வரும்—
சாப்பிடாமலேயே எழுந்து போய்விடுவாள்.

இப்படி ஹாட்டியடிக்கும் அனிதாவைப்பற்றி என் கணவரிடம்
புகார் செய்தால் "அனிதா உன்னையே பிடிவாதத்தில்
கொண்டுவந்திருக்கிறாள்!" என்று சொல்லிச் சிரிக்கிறார்!

அதுவும் உண்மைதான்!

எனக்கும் நான் இஷ்டப்பட்டதுதான் கிடைக்கவேண்டும்.
துணிமணிகள் வாங்குவதானாலும் சரி, அனிதா அடம் பிடித்துக்
கேட்கும் பொருட்களானாலும் சரி,
எனக்குத் திருப்தியானதையே வாங்குவேன்.

நான் பாத்திரங்கள் வாங்கும்போது அவை சேலம் எவர்சில்வரில்
செய்ததுதானா என்று குறிப்பாகக் கேட்டு வாங்குவேன்.
சேலம் எவர்சில்வரில் செய்த பாத்திரங்களில் கரும்புள்ளிகளோ,
கறையோ பிடிக்காது. வருடக்கணக்கில் உழைத்தாலும் பளபளப்பு
போவதில்லை. வாழ்நாளுக்கும் உழைக்கக் கூடியவை.

பாத்திரப் பிரச்சினையை சுலபமாக சமாளிக்கலாம்
—ஆனால் அனிதாவை?❞

சேலம் எவர்சில்வரினால்
தயாரிக்கப்பட்ட பாத்திரங்கள்
எல்லா பிரபலமான
பாத்திரக்கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

சேலம் எவர்சில்வர்.
நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான பாத்திரங்கள்.

சேலம் உருக்காலை

Sista's - SSP.365.85 TM F



இல்லத்தரசிகளுக்கும் கம்ப்யூட்டர்

கம்ப்யூட்டர் துறை ஒன்றும் பெண்களுக்கு அப்பாற்பட்டதல்ல என நிரூபிக்க மந்த்ரா கம்ப்யூட்டர் சென்ட்டரை நிறுவியிருக்கிறார் திருமதி கிரிஜா சுரேஷ்.

*1828*ம் ஆண்டு சார்லஸ் பேப்பேஜ் (Charles Babage) என்பவரால் கண்டுபிடிக்கப் பட்ட கம்ப்யூட்டர் என்னும் ஓர் அற்புத மான சாதனம், இன்றைய விஞ்ஞான உலகில் ஓர் இன்றியமையாத இடத்தை வகிக்கிறது. பள்ளிக்குழந்தைகள் முதல் பல கோடி ரூபாய் முதலீடு செய்து வரும் பெரிய பிஸினஸ் மாக்னேட் வரை இன்று கம்ப்யூட்டரைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வதில் மிகுந்த ஆர்வம் காட்டுகின்றனர்.

கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸ் பற்றிக் கொஞ்சம் விவரமாக அறிந்து கொள்வதற்காக. 'மந்த்ரா' (Mantra) கம்ப்யூட்டர் சென்டரின் பிரதம நிர்வாகி யான திருமதி கிரிஜா சுரேஷை அணுகியபோது —

உங்கள் கம்ப்யூட்டர் சென்டரில் என்னென்ன வகுப்புக்களை நடத்துகிறீர்கள்?

முதன் முதலில் கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸில் பயிற்சி பெற வருபவர்களுக்காக லெக்சர்களும், Appreciation கோர்ஸ்களும் நடத்துகிறோம். வேலைக்குச் செல்பவர்களுக்கு ஏதுவாக நாங்கள் பகுதி நேர, முழுநேர வகுப்புகளும் நடத்துகிறோம்.

பொதுவாக எந்த வயதினருக்குப் பயிற்சி அளிக்கிறீர்கள்?

ஒன்பது வயதான குழந்தைகளுக்குக் கூட பயிற்சி அளிக்கிறோம். மேலும் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெறுவதற்குவயதுஓர்எல்லைவரம்பே கிடையாது. அதில் உள்ள ஆர்வம்தான் முக்கியமானது. சிறு சிறு குழந்தைகளுக்குக் கம்ப்யூட்டர் பற்றி மிக எளிய முறையில் விளக்கி, எளிதான முறையில் ப்ரோக்ராம் எவ்வாறு தயாரிப்பது என்று பயிற்சி அளிக்கிறோம். 9 லிருந்து 14 வயதுக்குட்பட்ட சிறுவர்களுக்கு லெவல் I, லெவல் II என்று இரண்டு வகைப்பட்ட பயிற்சிகள் அளிக்கப்படுகின்றன.

முக்கியமாக இல்லத்தரசிகளுக்காக ஒரு கோர்ஸ் நடத்துகிறோம். இல்லத்தரசிகளின்



இரவு மணி 10.30. என் பெண் அடி வயிற்றைப் பிடித்துக் கொண்டு, "ஐயோ! வலி தாங்க முடியவில்லையே!" என்று பரிதாபமாக அழுதபோது எனக்குக் கையும் காலும் ஸ்தம்பித்துவிட்டன. இந்த அகால வேளையில் எந்த டாக்டரிடம் செல்வது? அடுத்த வீட்டு மாமியின் உதவியை நாடின பொழுது, அவர், "பயப் படாதே! ஒரு டம்ளர் கொதி நீரில் ஒரு தேக்கரண்டி தேனை விட்டு, நன்கு கலக்கி குடிக்கச் சொல். வலி கட்டுப்படும்" என்றார். ஆம். அவர் கூறியது போல் என் பெண் பிறகு சகஜ நிலைக்கு வந்து, என்னை நிம்மதியாகத் தூங்கவிட்டாள். அவளும் செம்மையாக தூங்கி எழுந்தாள்.

— திருமதி தேவநாதன்.

அன்றாட வேலைகளைப் பாதிக்காத வகையில் பயிற்சி அளிக்கிறோம். இதில் பயிற்சி பெறுவதற்கு நிறையப் படித்திருக்க வேண்டும் என்றோ, கணக்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும் என்றோ அவசியம் இல்லை.

அது சரி, ஆனால் இல்லத்தரசிகளுக்கு இது எவ்வளவு தூரம் பயன்படும் என்று சொல்கிறீர்கள்?

ஏன் பயன் தராது? இன்னும் சில நாட்களில் எல்லாப் பள்ளிகளிலுமே கம்ப்யூட்டர் பயிற்சியை அறிமுகப்படுத்தப் போகிறார்கள். இந்நிலையில் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெற்ற தாய்மார்கள் தம் குழந்தைகளுக்கு வரும் சந்தேகங்களை வீட்டிலேயே எளிய முறையில் தீர்த்து வைத்து உதவலாமே!

மேலும் உதாரணத்திற்கு ஒரு டாக்டரின் மனைவி கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெற்றார் என்றால், நோயாளிகளின் அனைத்துக் குறிப்புக்களையும், சரியான முறையில் கம்ப்யூட்டரில் ப்ரோக்ராம் செய்து வைத்து விட்டாரேயானால், சரியான தருணத்தில் நோயாளியின் தன்மை, அவருக்கு அளிக்கப்பட்ட சிகிச்சை, போன்ற முக்கியமான விவரங்களை ஒரு நொடியில் அறிந்து கொண்டு, டாக்டர் அந்நோயாளிக்கு உடனே சிகிச்சை தொடங்குவதில் உதவலாமே.

உங்கள் விளம்பரங்களில், உங்கள் கம்ப்யூட்டர் சென்டர் வித்தியாசமானது என்று கூறுகிறீர்கள், அதைப் பற்றிக் கொஞ்சம் விளக்க முடியுமா?

எங்கள் நிறுவனம் மற்ற எந்த நிறுவனத்திலும், நாங்கள் அளிப்பது போல் Machine Time கொடுப்பது இல்லை. நாங்கள் 70—75 மணி நேரம் Machine Time அளிக்கிறோம். மேலும் ஒவ்வொரு மாணவருக்கும் ஒரு கம்ப்யூட்டர் அளிப்பதன் மூலம் அவர் ப்ரோக்ராம் தயாரிப்பதில் சீரிய முறையில் பயிற்சி பெற்று விடுவதால் வெகு விரைவிலேயே அவர்கள் தன்னம்பிக்கையுடன் ப்ரோக்ராம் செய்ய முன்வருகிறார்கள்.

கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸ் பயிலுவதன் மூலம் வேலை எளிதில் கிடைக்கும் என்று கூறுவீர்களா?

நிச்சயமாக. இப்பொழுது அநேகமாக எல்லா வங்கிகளிலும் கூடக் கம்ப்யூட்டர்கள் அறிமுகப்படுத்தி விட்டார்கள். இந்நிலையில் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெற்றவர்களுக்கு வேலை வாய்ப்புகள் எளிதாகி விடுகிறதல்லவா? மேலும் எங்கள் நிறுவனத்திலிருந்து பயிற்சி பெற்றுச் சிறந்த முறையில் தேர்ச்சி பெறும் மாணவர்களுக்கு நாங்களே வேலைக்கு உத்தரவாதம் அளிக்கிறோம்.

எல்லோர் மனத்தையும் அரிக்கும் ஓர் கேள்வியை இப்பொழுது கேட்டு விடுகிறேன். கம்ப்யூட்டர்களின் வரவினால் இந்தியாவின் தலையான பிரச்னையான, வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் மேலும் அதிகரிக்க வாய்ப்புக்கள் உள்ளனவா?

கண்டிப்பாக இல்லை, என்பது என்னுடைய அபிப்பிராயம். கம்ப்யூட்டர்கள் மனிதனின் வேலைப் பளுவைக் குறைப்பதோடு, வேலையின் தரத்தை உயர்த்த உதவுமே தவிர, மனிதனுக்குப் பதிலாகக் கம்ப்யூட்டர்களை வேலையில் அமர்த்துவது எல்லா இடத்திலும் சாத்தியமில்லை. அலுவலகங்களில் அக்கவுண்டன்ட், ஸ்டெனோகிராபர் போன்றவர்களை வேலையிலிருந்து அப்புறப்படுத்தி விட்டுக் கம்ப்யூட்டர்களை நிறுவிவிட முடியாதே! கம்ப்யூட்டர்களை இயக்க மனித மூளை மிக அவசியமாகும். ஆகையால் என்னுடைய கண்ணோட்டத்தில் நேரம் வீணாகாமல், வேலையின் தரத்தை உயர்த்த கம்ப்யூட்டர்கள் உதவுமே தவிர, வேலையில்லாத் திண்டாட்டத்தை உருவாக்காது.

கடைசியாக, உங்களிடம் ஒரு பர்சனல் கேள்வி. உங்களுக்கு இந்த நிறுவனத்தை ஸ்தாபிக்க எது அடிப்படையாக இருந்தது?

நான் இங்கு ஒரு இன்ஸ்டிட்யூட்டில் கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸில் பயிற்சி பெற்றேன். தியரி என்று பார்த்தால் நன்றாகத்தான் இருந்தது. போதிய Machine Hours எனக்கு அளிக்கப் படாததால் எனக்கு அவ்வளவு திருப்தி ஏற்படவில்லை. இந்த விஷயத்தை என்னுடைய தகப்பனார், மற்றும் என் சகோதரருடன் விவாதித்ததன் பலனாகத்தான் இந்த 'மந்த்ரா' நிறுவனத்தைத் தொடங்கினோம். பணம் பண்ணுவதை மட்டுமே குறியாகக் கொள்ளாமல், மாணவர்களுக்குக் கம்ப்யூட்டர் துறையில் சீரிய முறையில் பயிற்சி அளிப்பதற்காகவே ஆரம்பித்தோம்.

பேட்டி:

சித்ரா சிவகுமார்.



உணவில் மிகக் குறைந்த பட்ச எண்ணெய், கொழுப்பு சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற பொதுவான கருத்து இருந்தாலும், நம் உணவில் சமையல் எண்ணெய் (**Edible Oil**) மிக முக்கியமான பங்கு வகிக்கிறது. மனித உடலுக்குத் தேவையான பொருள்களில் எண்ணெய், கொழுப்பு (**Oil and Fat**) மிக முக்கியமானது என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

எண்ணெயும் கொழுப்பும் நம் உடலுக்கு வேண்டிய சக்தியைக் கொடுக்கின்றன. இவை, உணவுக்குத் தனிப்பட்ட ருசியைக் கொடுப்பது மட்டுமல்லாமல் உடலில் திசுக்கள், மற்ற பாகங்கள் உராய்வது தடுப்பதோடு, பசி எடுப்பதையும் தாமதப்படுத்துகின்றன.

நம் பாட்டி, கொள்ளுப் பாட்டி காலங்களில், அவர்கள் வசித்த பிரதேசங்களில் பொதுவாக எந்த எண்ணெய் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்ததோ, அந்த எண்ணெயைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வந்தனர். எடுத்துக்காட்டாக, வங்காளத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் கடுகு எண்ணெய், கேரள நாட்டினர் தேங்காய் எண்ணெய், தமிழ் நாட்டினர் நல்லெண்ணெய் போன்றவற்றை உபயோகித்தனர். தற்போது, இந்த எண்ணெய் வகைகள், சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெய்கள் (**Refined Oils**), வனஸ்பதி, நெய் போன்றவை எல்லாப் பிரதேசங்களிலும் கிடைக்கின்றன. இவ்வகைகளில் எது ருசி, சிக்கனம், ஆரோக்கியம் முதலிய கோணங்களிலிருந்து திருப்திகரமானது என்று அறிந்துகொள்வது ஒவ்வொரு இல்லத்தரசிக்கும் பெரும் சவாலாகவே உள்ளது.

சமையல் எண்ணெய் பலவகைகளில் கலப்படம் செய்யப்படுவதால் பல நோய்கள் உண்டாகின்றன என்ற ஒரு பரவலான கருத்து இருக்கிறது. ஒரே எண்ணெயைத் தொடர்ந்து உபயோகிக்காமல், கடலை எண்ணெய், சூரியகாந்தி எண்ணெய், பாமோலின், தேங்காய் எண்ணெய் என்று ஒரு வகையிலிருந்து மற்றொரு வகைக்குத் தாவிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

ஒரு இந்தியன், சராசரியாக, ஒரு மாதத்திற்கு சுமார் ஒரு கிலோ எண்ணெய் பயன்படுத்துகிறான். சத்துணவு நிபுணர்கள், நம் உடலுக்கு மாதத்திற்கு இரண்டு கிலோ எண்ணெய் தேவை என்று சிபாரிசு செய்திருக்கிறார்கள்.

பல்வேறு விதமான எண்ணெய்கள்.

ஒரு சில கொழுப்பு, எண்ணெய் வகைகளைச் சற்றே கவனிப்போம்:

வனஸ்பதி: நெய்க்குப் பதிலாக (**Substitute**) உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. பலவிதமான தாவர எண்ணெய்களைப் (**Vegetable Oils**) பயன்படுத்தி ஹைட்ரோஜினேஷன் (**Hydrogenation**) செய்யப்பட்ட கலவைதான் வனஸ்பதி. மிக அதிகமாக, எண்ணெய்களைச் சூடாக்கி உடனே குளிரச் செய்யும் முறைதான் ஹைட்ரோஜினேஷன். அண்மைக் காலத்தில், இறக்குமதி செய்யப்படும் கார்ன் ஆயில், கடுகு வகையைச் சேர்ந்த ரேப்சீட் (**Rapeseed**)டிலிருந்து எடுக்கும் எண்ணெய், பாம் ஆயில் போன்றவைகளும் வனஸ்பதி தயாரிப்பில் சேர்க்கப்படுகின்றன.

ஹைட்ரோஜினேஷன் செய்யப்படுவதால், வனஸ்பதி நெய் மாதிரிக் கெட்டியாகிறது. வனஸ்பதியில் பொரித்தெடுக்கப்பட்ட பண்டங்கள் மொறு மொறுவென்று இருக்கும். நல்ல மணமாகவும் இருப்பதால் வனஸ்பதி அதிக விற்பனை ஆகிறது.

பாம் ஆயில் அல்லது பாமோலின்: ஏழை, மத்தியதரக் குடும்பத்தினரால் உபயோகப்





கிரௌன்

காயகல்பம்



ஆரோக்கிய வலிமைதரும் ஆராய்ச்சி சஞ்சீவி!
தங்கபஸ்பம் அடங்கியது!
அனைவருக்கும் ஏற்றது! பத்தியம் எதுவும் இல்லை!

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட கற்ப மூலிகைகளையும்,
தங்கம் முதலிய நவலோகப் பற்பங்களையும்
நவீன விஞ்ஞான அடிப்படையில் ஒன்றாக
இணைத்து உருவாக்கப்பட்டுள்ள
கிரௌன் காயகல்பம் ஆரோக்கிய வலிமையை
வளர்த்து நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை
வலுப்படுத்தப்படுகிறது! புத்துணர்வை ஊட்டி,
எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாக இயங்க உதவுகிறது!

இன்பமயமான வாழ்க்கையை மனநிறைவோடு
சுவைக்க கிரௌன் காயகல்பம்!

தயாரிப்பாளர்கள்
CROWN
கிரௌன் ஹெர்பல் ப்ராடக்ட்ஸ் 55, ஹாரிஸ் ரோடு, சென்னை-600 002.
விநியோகஸ்தர்கள்: கிரௌன் பார்மசூடிகல் ஏஜென்சீஸ் 2, கட்டியாயமுதலிய தெரு, சென்னை-600 002.

Distributors for Malaysia: M/s. Koperasi Belia Majujaya (M) Berhad, Wisma Anbananthan
88, Jalan Brickfields Kuala Lumpur, Malaysia Phone: 443748 442100.

M/s. P. Govindasamy Pillai S'pore (Pte) Ltd., 46, 48, 50 & 52, Sarangoon Road,
Singapore — 0821 Phone: 3372050.

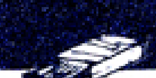


தேன் சுத்தமானதா, என்பதையறிய...

தேனில் தீக்குச்சியை நன்றாக முக்கி விட்டுத் தீப்பெட்டியில் உரசிக் கொளுத்திப் பார்க்க வேண்டும்.

அது நன்றாக எரிந்தால் நல்ல தேன் என்றும், அணைந்து போனாலோ சரியாக எரியாவிட்டாலோ அது கலப்படத்தேன் என்றும் அறியலாம்.

— எஸ். இ. பாத்திமா.



படுத்தப்படும் மலிவான எண்ணெய். சுத்திகரிக்கப்படாத பாம் ஆயில் சற்றே-வெளிர் ஆரஞ்சு நிறமுடையது. எண்ணெயைச் சூடாக்கும்போது ஆரஞ்சு நிறமிழந்து வெண்மை நிறமாக மாறுகிறது. பாம் ஆயிலில் அயனோன் (Ionone) இருப்பதால், இந்த எண்ணெய்க்கு ஒருவித வாசனையுண்டு. மிகச் சிறிய அளவில் இந்த எண்ணெயில், தாமிரம், இரும்புச் சத்துக்கள் உள்ளன. அதனால் இந்த எண்ணெய் ஆக்சிஜனோடு கலந்து ஹைட்ரோபெராக்ஸைடுகள் ஏற்படுகின்றன. இவை கெடுதல் விளைவிக்கின்றன என்று அறியப்பட்டுள்ளது.

பாம் ஆயிலில் தயாரிக்கப்பட்ட பண்டங்களை வெகுநாட்கள் வைத்திருக்க முடியாது. இப்பண்டங்களை சிலநாள் வைக்கும்போது, கெட்டியாகிவிடுகின்றன.

சுத்திகரிக்கப்படாத கடலை எண்ணெய், கடுகு எண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய், நல்லெண்ணெய் போன்றவைகளில் பலகாரங்களைப் பொரிக்கும்போது பலகாரங்களுக்கு, அந்த எண்ணெயின் மணம் வந்து விடும். எனவே இவ்வகைகள் பொரிப்பதற்கு உகந்ததில்லை. மேலும் சுத்திகரிக்கப்படாத எண்ணெயில் கலப்படம் செய்வது சுலபம். கலப்படம் செய்யப்பட்டிருக்கிறதா என்று கண்டுபிடிப்பது மிகக் கடினம். சுத்திகரிக்கப்படாத, சுத்தமான நல்லெண்ணெய் ஆரோக்கியத்திற்கு மிகச் சிறந்தது. ஆனால் விற்பனைக்கிருக்கும் நல்லெண்ணெய் நல்ல சுத்தமானதாக இருப்பதில்லை. ஆகவே இந்த எண்ணெயைப் பயன்படுத்தும்போது, சமையலில் ஒருவிதக் கசப்பு வருகிறது. இதுபோல, சுத்திகரிக்கப்படாத, கடலை எண்ணெயில் அசுத்தங்கள் நிறைய இருப்பதால், சமையலில் ஒருவித வாடை வந்துவிடுகிறது.

தற்போது பெரும்பாலும், சுத்திகரிக்கப்பட்ட கடலை எண்ணெயையே, அநேகமாக எல்லோரும் வாங்குவதால் மற்ற சமையல் எண்ணெய்வகைகளுக்கு அவ்வளவாக அதிக கிராக்கி இல்லை. ரிஃபைன்டு எண்ணெயில் பொரிக்கப்பட்ட பண்டங்கள், இந்த எண்ணெய்க்கென்று தனியான மணமோ, ருசியோ இல்லாததால், இயற்கையான ருசியோடு இருக்கும். மேலும் ரிஃபைன்டு எண்ணெயில் கலப்படம் செய்யப்பட்டிருந்தால், எண்ணெயின் நிறம், மண் நிறமாகவோ அல்லது மஞ்சள் நிறமாகவோ மாறிவிடுவதால், கலப்படம் செய்யப்பட்டிருப்பது கண்டறிய முடியும்.

இரத்த ஓட்டம் பாதிக்கப்படும்.

சரி சரி, எண்ணெய் பற்றி இவ்வளவு கூறியது போதும், எந்த எண்ணெய் நல்லது என்று கூறுங்களேன் என்று நீங்கள் முணுமுணுப்பது காதில் விழுகிறது. இதோ, மேலே படியுங்கள்.

சமையல் எண்ணெயில் ட்ரைகிளிசரைடுகள் (Tryghycerides) உள்ளன. இவைகளில் ஒரு பங்கு கிளிசராலும் (Glycerol), மூன்று பங்கு கொழுப்பு அமிலங்களும் உள்ளன. (Fathy Acids). ஒவ்வொரு எண்ணெயிலும், வெவ்வேறு விகிதங்களில் கொழுப்பு அமிலங்கள் சேர்ந்துள்ளன. இந்தக் கொழுப்புச் சத்துக்கள் (1) சாச்சுரேடட் (Saturated) (2) அன்சாச்சுரேடட் (Unsaturated) என்று இரு விதமாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

சாச்சுரேடட் கொழுப்பு: எந்தக் கொழுப்புச் சத்து, சாதாரண உஷ்ணநிலையிலேயே (Room Temperature) உறைந்து கெட்டியாகி விடுகிறதோ, அது சாச்சுரேடட் கொழுப்பு எனப்படும். இந்த வகையில், எல்லாப் பிராணிகள் கொழுப்பும் அடங்கும். எடுத்துக்காட்டாக, வெண்ணெய், நெய், சாச்சுரேடட் கொழுப்புள்ள ஒரே தாவர எண்ணெய்' தேங்காய் எண்ணெய் மட்டுமே. கடலை எண்ணெய், கடுகு எண்ணெய், நல்லெண்ணெய் போன்றவையில் மிக மிகச் சிறிய அளவே சாச்சுரேடட் கொழுப்பு கலந்துள்ளது.

இருதய நோய்களுக்கும், உணவில் நாம் சேர்த்துக் கொள்ளும் சாச்சுரேடட் கொழுப்புக்கும் மிக நெருங்கிய தொடர்பு உள்ளது. ஒரு குறிப்பிட்ட அளவுக்கு மேல் சாச்சுரேடட் கொழுப்பு சேரும்போது, உடலில் உள்ள கொலஸ்ட்ரால் மட்டுமே உயருகிறது. (நம் எல்லோர் இரத்தத்திலும் சாதாரணமாகவே ஓர் அளவு கொலஸ்ட்ரால் உள்ளது.) அளவுக்கதிகமாக, நெய், வெண்ணெய், வனஸ்பதி உண்ணுபவர்களுடைய இரத்தத்தில் அளவுக்கதிகமான கொலஸ்ட்ரால் சேர்ந்துவிடும். இரத்த ஓட்டம் பாதிக்கப்பட்டு இருதயம் பாதிக்கப்படுகிறது. ஏனென்றால், இருதயத்திற்கு இரத்தத்தை எடுத்துச் செல்லும் குழாய்களே அதிகமாகப் பாதிக்கப்படுகின்றன.

அன்சாச்சுரேடட் கொழுப்பு: எந்த உஷ்ண நிலையிலும் கெட்டிப்படாமல் எண்ணெய் நிலையிலேயே, இருக்கும் கொழுப்பே அன்சாச்சுரேடட் கொழுப்பு என்று கூறப்படுகிறது. எடுத்துக்காட்டாக, கடலை எண்ணெய், பருத்திக் கொட்டை எண்ணெய் முதலியன. இந்த அன்சாச்சுரேடட் வகையினால் இருதய நோய்கள் ஏற்படுவதில்லை என்றாலும் இவ்வகைகளிலும் நன்கு சுத்திகரிக்கப்பட்ட

எண்ணெயே நல்லது என்பது மருத்துவர்களின் அபிப்ராயம்.

சிக்கு நாற்றம்? வேண்டாம்!

எண்ணெயிலுள்ள கொழுப்பு அமிலங்களின் சேர்க்கை, எண்ணெய் எப்படித் தயாரிக்கப்படுகிறது, எந்த முறையில் சுத்திகரிக்கப்படுகிறது என்பன எண்ணெயின் தரத்தை நிர்ணயிக்கின்றன. கொழுப்பு அமிலங்கள் குறைவாக இருப்பது, குறைந்தபட்ச ஈரம், நல்ல ருசி, மணம் ஆகியவை எண்ணெய்க்கு இருக்க வேண்டிய சில குணங்கள். நல்ல தரமான எண்ணெயாக இருந்தால், எத்தனை நாளானாலும் சிக்கு நாற்றம் வராமல் இருக்கும். சிக்கு நாற்றம் வந்த பிறகு, எண்ணெயைப் பயன்படுத்துவது நல்லதல்ல.

எண்ணெயில் 2%லிருந்து 2.5%வரைக்கும் குறைவான கொழுப்பு அமிலங்கள் இருந்தால் எண்ணெய், தரத்தில் உயர்ந்தது என்று கூறப்படுகிறது. கொழுப்பு அமிலங்களை முழுதும் நீக்குவதற்கு எண்ணெய் நன்றாகச் சுத்திகரிக்கப்பட வேண்டும். எனவேதான், சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெயின் விலை அதிகமாக உள்ளது.

எண்ணெயில் கலப்படம்: சமையல் எண்ணெய் உடலுக்குக் கெடுதி விளைவிக்காத முறையில் பாதுகாப்பானதாக இருக்க வேண்டும். வியாபாரிகளின் பேராசை காரணமாகச் சமையல் எண்ணெய் கலப்படம் செய்யப்படுகிறது. கலப்படத்தால் பல நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. கடுகு செடிகள் விளையும் பூமியில் ஆர்கமோன் மெக்சிகானு (**Argemone Mexicana**) எனும் செடியும் வளருகிறது. இச்செடியின் விதைகள் மெக்சிகன் பாப்பீஸ் (**Mexican Poppies**) என்று அழைக்கப்படுகின்றன. இந்த விதைகள் கடுகோடு கலந்துவிடுவதால் கடுகு எண்ணெயில் ஆர்கமோன் ஆயில் கலந்துவிடுகிறது.

ஆர்கமோன் விதைகளிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட எண்ணெய் விலை மலிவாக இருப்பதால், மற்ற சமையல் எண்ணெய்களோடு கலக்கப்படுகிறது. ஆர்கமோன் எண்ணெய் கலப்படத்தால் (**Dropsy**) ட்ராப்சி நோய் வரும். உடலிலுள்ள திசுக்களில் அளவுக்கு அதிகமான, சீழ் போன்ற ஒரு திரவம் சேர்ந்து கொள்ளல், வயிறு குமட்டல், வாந்தி, பேதி, கைகள், கால்கள், முகம், கண்கள் ஆகியவை வீங்குவதும், வெளியில் தெரியும் உடலின் மற்றப் பகுதிகள் அளவுக்கு மீறிய சிவப்பு நிறமாக ஆகிவிடுதல் போன்றவை இந்த ட்ராப்சி வியாதியின் அறிகுறிகள். இவ்வியாதி அதிகமாகும்போது இரத்த அழுத்தம், மிகக் குறைந்துவிடுகிறது. நுரையீரலில் கபம் கட்டி, மூச்சு விட முடியாமல் திணறலும் நாடி படபடவென்று வேகமாகத் துடித்தலும், இருதயம் பெரிதாகிவிடுவதும் ஏற்படுகிறது.

எல்லா சமையல் எண்ணெய்களிலும் ஒரு சதவிகிதம் ஆர்கமோன் எண்ணெய் இருப்பதாகத் தெரிகிறது. குரங்குகளை வைத்து நடத்திய பரிசோதனையில், ஒரு கிலோ எண்ணெயில் 0.05 மில்லிகிராம் ஆர்கமோன் எண்ணெயே நச்சுத்தன்மையை ஏற்படுத்தக் கூடியது என்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

புகையப் புகைய எண்ணெய்...

பண்டங்களைப் பொரிக்கும்போது எண்ணெய், அல்லது வனஸ்பதி சூடாக்கப்படும் போது, சில இரசாயன மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. கொழுப்பு அல்லது எண்ணெயைச் சமையலுக்கு உபயோகிக்கும்போது சில வற்றைக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

சூடாக்கும் நேரத்தைக் கூடியவரையில் குறைக்க வேண்டும். அதிக நேரம் சூடாக்கும்போது, எண்ணெயில் பெராக்சைடுகள் (**Perosides**) உண்டாகின்றன. எண்ணெய், கொழ கொழ என்றாகி கெட்டியாகவும் ஆகிவிடுகிறது. எனவே பண்டங்களைப் பொரித்தெடுக்கும்போது முதலில் கொஞ்சமாக எண்ணெயை வைத்துப் பயன்படுத்தி பொரித்தவுடன் அந்த எண்ணெயை நீக்கிவிட்டு, மறுபடியும் புதிதாகக் கொஞ்சமாக எடுத்து, இப்படியே ஒவ்வொரு தடவையும் மாற்றிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

எண்ணெயை அளவுக்கதிகமாகச் சூடாக்கும்போது, பாலிமரைசேஷன் (**Polymerisation**) என்ற மாறுதல் ஏற்படுகிறது. பாலிமரைசேஷன் என்றால் என்ன? எண்ணெயில் உள்ள துகள்கள் (**Molecules**) அதிக உஷ்ணம் காரணமாக ஒன்றோடொன்று ஒட்டிக் கொண்டு, சுலபமாகச் சீரணிக்க முடியாத அளவுக்கு மிகவும் கெட்டியாகிவிடுகிறது. இதுதான் பாலிமரைசேஷன் என்பது.

எந்த எண்ணெய்க்கு எவ்வளவு உஷ்ணம்?

நெய், வனஸ்பதி அல்லது எண்ணெயில் பொரிக்கும்போது அவைகள் சூடேறிப் புகைய ஆரம்பித்த பிறகு அடுப்பைத் தணித்து விடவேண்டும். எந்தப் பண்டத்தைப்

மசாலா வாசனை பிடித்தவர்கள், சாம்பார் பொடி அரைக்கும் போது அதில் இரண்டு மேஜைக்கரண்டி சோம்பு, ஒரு தேக்கரண்டி சுசகசா ஆகியன சேர்த்துக் கொண்டால் சாம்பார் கமகமவென்று இருக்கும்.

— பிரியா ரமணி.



பொரிக்க, எத்தனை உஷ்ணம் வேண்டுமோ, அதைப் பொறுத்து நாம் நெய்யோ, வனஸ்பதியோ அல்லது எண்ணெயோ உபயோகிக்க வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக மீன் பொரிக்க அதிக உயர்ந்த உஷ்ண நிலை தேவை. ஆகவே, மீன் பொரிக்க, கடுகு எண்ணெய், நல்லெண்ணெய் சிறந்தது. இம்மாதிரியான பண்டங்களுக்கு நெய் உபயோகித்தல் கூடாது. ஏனென்றால், நெய், மிகக் குறைந்த உஷ்ணத்திலேயே புகைய ஆரம்பித்துவிடும். மேலும், உஷ்ணத்தை அதிகமாக்கும்போது, பொரிக்கப்படும் பண்டங்களுக்குக் கருகிய வாசனை (நெய்யிலிருந்து) வந்துவிடும்.

நடைபாதைகளில் வடை, பக்கோடா, போண்டா போன்றவைகளை வாங்கித் தின்னும்போது, சற்றே அவைகளைப் பொரிக்கும் எண்ணெயைக் கவனியுங்கள். அதிகமான தீயால், எண்ணெய் அப்படியே கருகி இருக்கும். அந்த வியாபாரி, தன் வியாபாரத்தை ஆரம்பித்த காலத்திலிருந்து அந்த எண்ணெய் உபயோகிக்கப்பட்டு வந்திருக்கலாம். அவ்வப்போது புதிய எண்ணெய் அதில் சேர்க்கப்பட்டு வந்தாலும், அது பழைய எண்ணெயிலேயே கலந்து கருகிவிடுகிறது. இம்மாதிரியான எண்ணெயில் தயாரிக்கப்பட்ட பண்டங்களைத் தொடர்ந்து சாப்பிடும் போது, நம் உடலே, விஷத்தின் இருப்பிடமாக ஆகிவிடுகிறது. பண்டங்கள் தயாரிக்கும் போது, இந்த மாதிரி எண்ணெயிலிருந்து வரும் புகையை நாம் சுவாசித்தாலே புற்று நோய் வரக்கூடிய அபாயம் இருக்கிறது.

எண்ணெய் வைத்திருக்கும் பாத்திரம் எப்போதும் காற்றுப்படாமல் கெட்டியாக, இறுக்கமாக மூடப்பட்டு இருக்க வேண்டும். சிலர், எண்ணெய் ஜாடியில் கரண்டி போட்டு, கரண்டி வெளியே நீட்டிக் கொண்டிருக்க, மூடியை அதன்மேல் வைத்திருப்பார்கள். இது தவறு. காற்றுப்பட்டுவிட்டால் எண்ணெய்க்கு சிக்கு நாற்றம் வந்துவிடும். எனவே, கூடியவரை, எண்ணெய்ப் பாத்திரங்கள் திருகுகிற வகை மூடி கொண்டதாக இருப்பது நல்லது. திருகு மூடி, நல்ல இறுக்கமாகக் காற்றுப் புகாவண்ணம் எண்ணெயைப் பாதுகாக்கிறது.

பொரித்தஎண்ணெயைமறுபடியும்சூடாக்காமல் சமையலில் பயன்படுத்தலாம். ஒரு தடவை பொரிக்கப் பயன்படுத்திய எண்ணெயை மறுபடியும் பொரிக்க எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. முடிந்தபோதெல்லாம், சூடாக்காத பச்சை எண்ணெயைப் பயன்படுத்துவது நல்லது. நம் சமையல் முறையில் பதார்த்தம் தயாரித்த பிறகு, அதில் நெய்யோ, அல்லது எண்ணெயோ பயன்படுத்த முடியும். எடுத்துக்காட்டாக இட்லி, சித்திரான்னங்கள் போன்றவைகளில் சூடாகாத எண்ணெய் ஊற்றிக் கொண்டு சாப்பிடலாம்.

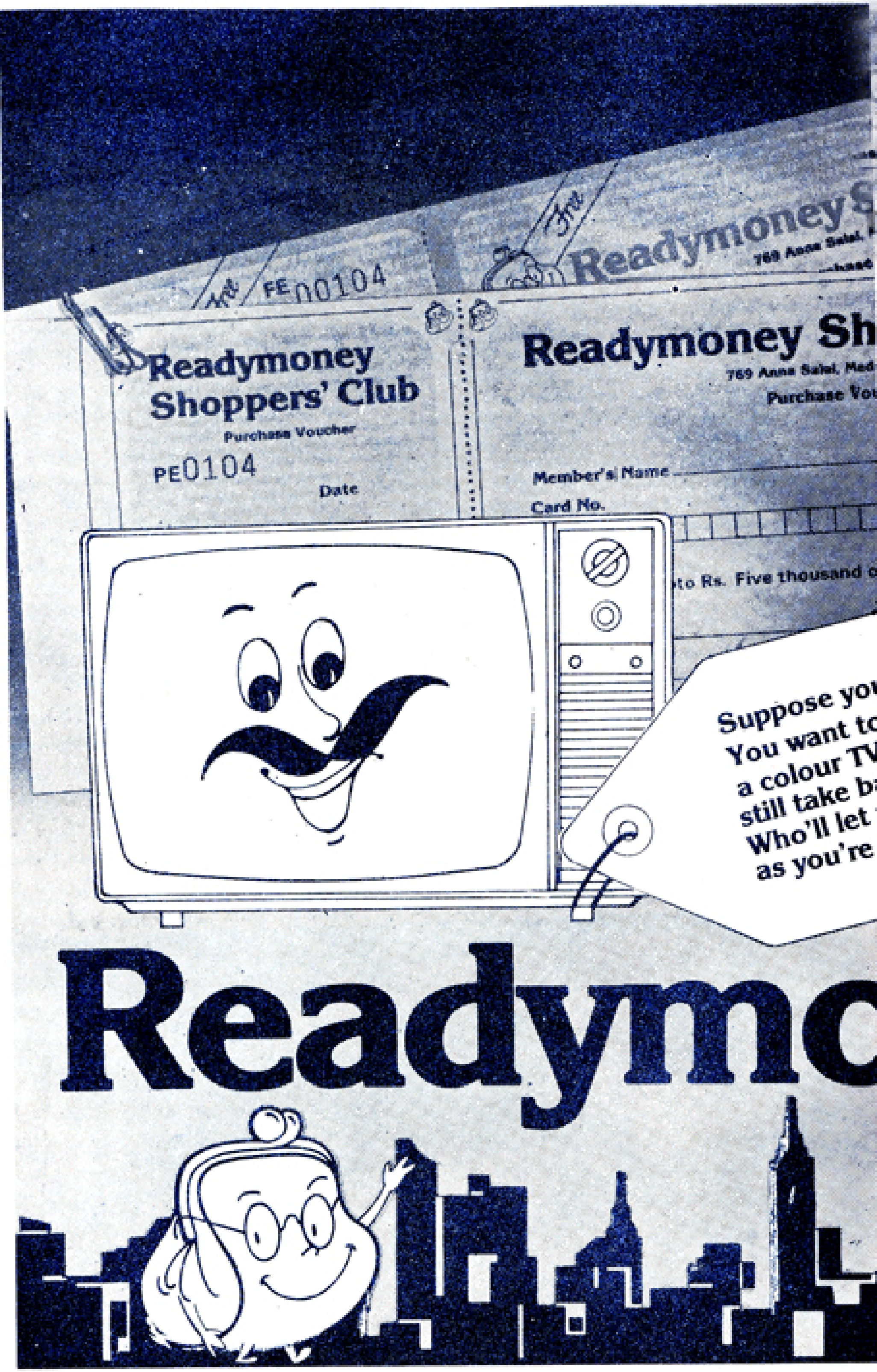
விலை மலிவு என்பதற்காகத் தீங்கு விளைவிக்கும் சமையல் எண்ணெய்களை வாங்கக் கூடாது. வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க, அதிக எண்ணெயைச் சேர்ப்பதைக் குறைத்துக் கொண்டே வர வேண்டும். இல்லாவிடில் உடல் பருமன் ஏற்பட்டு இருதயக் கோளாறுகள் உண்டாகும்.

— ராஜி.

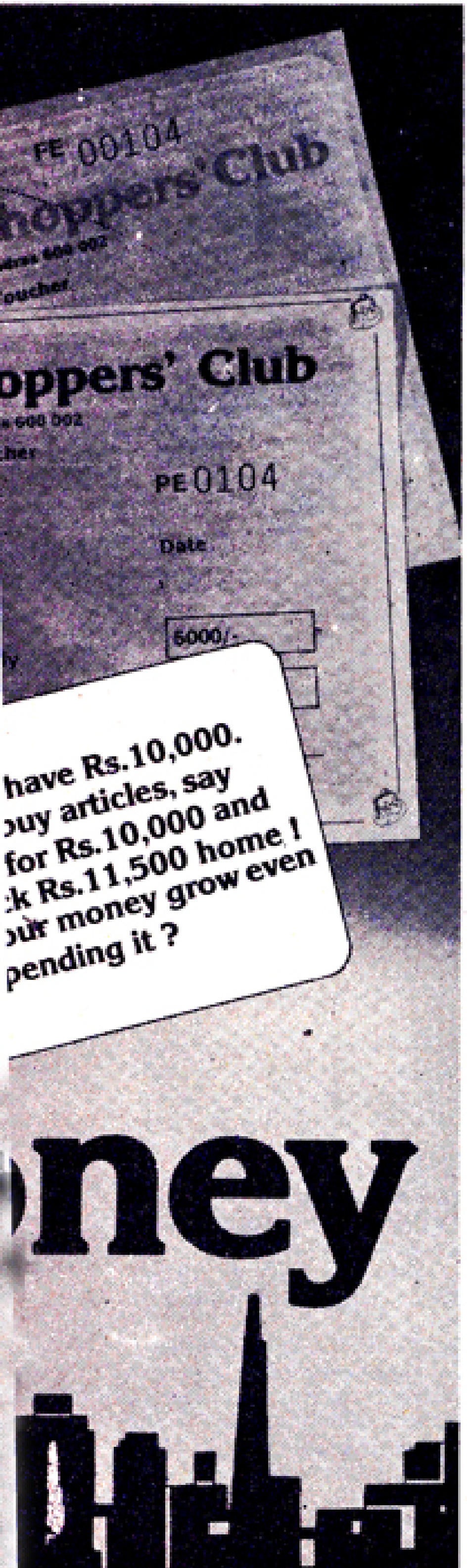
மகளிர் மேம்பாட்டு மன்றம், ஹோப்ஸ் நிறுவனம், ஸ்ரீ அபயாம்பிகை அழகேசுவரர் திருக்கோயில் திருப்பணிக்குழு இணைந்து மதுராந்தகம் வட்டத்திலுள்ள குமாரவாடி கிராமத்தில் கிராமநல விழா நடத்தியது. 'மூன்று நிறுவனங்கள் இணைந்து ஒரு 'கசமுசா' இல்லாமல் அற்புதமாக நடத்தியதே' எனப் பார்க்கிறவர்கள் ஆச்சரியப்பட்டனர்.

விழாவில் நீதிபதி மோகன், அமைச்சர் ஆனூர் ஜகதீசன், கலெக்டர் மாத்யூ, உகம் சந்த், 'தினமலர்' ஆசிரியர் கிருஷ்ணமூர்த்தி எனப் பலரும் கலந்து கொண்டனர். கிராமப் பள்ளிக்கு சுவர்க் கடிகாரத்தைத் தாம்பரம் அரிமா நங்கையர் சங்கமும், ஒரு தையல் மெஷினை பெண்கள் நல விடுதிக்கு வி. ஜி. பி. சகோதரர்களும் அன்பளிப்பாக அளித்தனர்.





Readymoney Shoppers' Club
Purchase Voucher
PE0104
Date
Member's Name
Card No.
Readymoney



India's first real credit card that lets you earn-while-you-spend !

If you had bought a TV for Rs. 10,000, you would have normally said 'goodbye' to your money. What in financial jargon would be described as 'sunk cost'.

Not with our Earn-while-you-spend Scheme.

Here's how :

Put Rs. 10,000/- under the EWS Scheme. You get a discount of Rs. 5,000/- on your TV!

What's more, you also get a credit card for Rs. 5,000/-, which will be treated as an advance for purchases, repayable under the instalment/monthly credit scheme. For this, you would have to join the Happy Home Plan - at a concessional entrance fee of Rs.350/-.

And, at the end of 5 years, if you have no dues to the Company, you get back much more than what you had put in. As much as Rs.11,500/- !

See how your purchasing power increases every year !

Amount to be paid*	10,000
Period	Maximum limit for purchases
During 1st year	5,000
During 2nd year	6,000
During 3rd year	7,000
During 4th year	8,500
During 5th year	10,000
Beyond 5 years	11,500

* Minimam advance payable Rs.2,000/- and in multiples of Rs.500/- thereof.

So that's the beauty of the scheme. No blocking of funds because of ready availability of credit facility to meet all your requirements.

It is a unique way of spending, which yields a good return.

Terrific bargains, terrific deals at specified outlets

You can buy anything from crockery to cooking range, tables to televisions, wall clocks to washing machines, mixers to mopeds ... at carefully chosen prestigious showrooms.

Already, thousands of families all over South India are cashing in on the advantages of Readymoney over other charge cards.

Soon, you too can join the profit drive !



Make Readymoney a member of your family

I'm interested in joining the Readymoney Shoppers' Club.
Please send complete details and application form to :

Name : ....

Address : ....

Telephone No : ....

Post this coupon to :

Readymoney Shoppers' Club
105 Dr Radhakrishnan Salai
Mylapore Madras 600 004



மரகத லிங்கர்

சூரிய மண்டலத்தில் உள்ள கிரகங்களுக்கு ஜீவநாடி சூரியன். ஒளி, சக்திகளுக்கு மூலாதாரம் சூரியன். சூரியனைச் சுற்றியுள்ள கிரகங்களில் அடங்கியுள்ள எல்லாப் பொருள்களும், உயிருள்ளவை. உயிரற்றது யாவையும் ஒளியையும் சக்தியையும் சூரியனிடமிருந்துதான் பெறுகின்றன. பஞ்சபூதங்களான வாயு, நீர், நிலம், ஒளி, ஆகாயம் இயங்குவது சூரிய சக்தியினால்தான். நீர், நீராவியாகி ஆகாயத்தில் படர்ந்து மீண்டும் நீராக நிலத்தில் விழுவது சூரிய வெப்பத்தினால்தான். நவக்கிரக சக்திகள் எல்லாப் பொருள்கள் மீதும் பாய்கின்றன. ஜோதிடப் பலன்கள் கிரகங்களின் நிலைகளையொட்டி கணிக்கப்படுகின்றன.

அணிகலன்களுக்கு உள்ள ஒளியும் பலன்களும் இவற்றைத் தழுவியே உள்ளன. சூரிய ஒளியினால் குடம் முதலியவை (தாமே) ஒளியுடையவைபோல் இருக்கின்றது. அதுபோல ஆத்மாவின் பிரகாசத்தினால் பிரமேயம் (அறியப்படும் பொருள்) ஒளி பெறுகிறது. 'பானு ஸ்புரணதஸ் ததா' (ஆதி சங்கரரின் அத்வைதாநுபூதி.) சூரியனுக்குரிய உலோகம் தாமிரம்.

முத்து என்கிற இரத்தினத்திற்கு நாயகன் சந்திரன். அவ்வகையில் பவழம் செவ்வாய் கிரகத்திற்கும், மரகதத்திற்குப் புதன் என்றும், புஷ்பராகம், பொன் இவற்றிற்கு வியாழனை (குரு), வயிரம், வெள்ளி உலோகத்திற்குச் சுக்கிரன், கோமேதக இரத்தினக் கல்லுக்கு ராகு, வைடூரியக் கல்லுக்குக் கேது என உலோக, இரத்தின வகைகளுக்கு அதி தேவதைகள் எனக் கூறப்பட்டுள்ளன. கிரக பலன்களுக்கு ஏற்ற வகையில், ஆபரணங்களும் தத்தம் சக்தியைப் பெற்றுப் பிரதிபலிக்கச் செய்கின்றன.

இந்து, பௌத்த, சமண, கிறிஸ்தவ சமயங்களுக்கு ஏற்ற அணிகலன்களை அவரவர் வழிபடும் கோயில்களில் குவிந்திருப்பதைக் காண முடியும். மரகதலிங்கம் என்பது போல மரகத புத்தர் என்று தாய்லாந்தில் பார்க்கலாம். தாய்லாந்து அதைச் சுற்றியுள்ள நாடுகளில் வடமொழி, தமிழ்ச் சொற்கள், அந்நாட்டுப் புராண வரலாறுகளிலும், கோயில்

சிற்பங்களிலும், சித்திரங்களிலும் காண லாம். பாங்காக் தொல்பொருள் நிலையத்தில் விஷ்ணு கருடன் மீது அமர்ந்திருப்பது, இந்தி ரன் ஐராவத யானை மீது அமர்ந்திருப்பது, இராமாயணக் காட்சிகள் போன்றவற்றைப் பார்க்கலாம். முத்து ஆபரண வேலைப்பாடு களைப் பற்றிய முத்து புராணம் இருக்கிறது அந்நாட்டில் எனலாம்.

பஞ்ச லோகம் என்பது பொன், வெள்ளி, செம்பு, பித்தளை, ஈயம் இவற்றைக் கொண் டது. நம் கோவில் சிலைகள் இவ்வுலோகச் சேர்க்கையால் செய்யப்படுகின்றன என் பதை நாம் அறிவோம். சிற்பங்கள் சில்ப சாஸ்திரத்தையொட்டியும், ஆகம முறை களின் அடிப்படையிலும் அமைக்கப்படு கின்றன. இவைகள் கிழக்கு நாடுகளிலும் பரவியிருந்தன. எகிப்து நாட்டிற்கும் நம்மு டையபண்டையகலாச்சாரத்துடன்தொடர்பு இருந்தது. நாகப்பட்டின கோவிலிலுள்ள நீலாயதாக்ஷி சிலை எகிப்து நைல் நதிப் பிர தேசத்திலிருந்து கொண்டு வரப்பட்டதாக வரலாறு ஒன்று உள்ளது. நீல நதி என்பது நைல் நதியாக மாறியிருக்கலாம்!

சமய பாடல்களில் அணிகலன் வகை களைவழிபடும்தெய்வங்களுக்குஅணிவித்துப் பக்திப் பரவசத்துடன் போற்றுவதை நாம் நன்கு அறிவோம். ஆலயங்கள் வழிபாட்டு வழிவந்த ஒப்பனை முறைகள், ஆடை ஆப ரண அணிகள், மலர்களின் அலங்காரம்

சில ஒப்பனைப் பொருள்கள், மலர்களின் வர்ணனைகளைக் கொண்டு தேவியை வணங் குவதை மாந்த்ர மாத்ருகா புஷ்பமாலா பாடல் தொகுப்பில் பார்க்கலாம்.

உடலுக்கு பச்சைக் கருப்பூரம், குங்குமப்பூ கலந்த செஞ்சந்தனக் குழம்பு, நெற்றியில் இட்டுக் கொள்ள கஸ்தூரி திலகம், கன்னத் திற்குக் கோரோசனை, கண்ணுக்குச் சிறந்த மை, கழுத்திற்குக் கஸ்தூரிக் குழம்பு என அலங்கரிக்கப்பட்டு தேவி வணங்கப்படுகி றாள்.

ஸர்வாங்கே கனஸார குங்குமகன ஸ்ரீகந்த
பங்காரங்க்திம் கஸ்தூரிதிலகம் ச பாலக
பலகே
கோராசனு பத்ரகம், கண்டாதர்சன
மண்டலே நயநயோ: திவ்யாஞ்சனம்
தேஞ்சிதம்
கண்டாப்ஜே ம்ருகநாபி பங்கமமலம் த்வத்
ப்ரீதயே கல்பாத்.

மலர் வனத்தைச் சற்று நுகர்ந்து சுவைப் போம். செங்கழுநீர்ப்பூ, நீலோத்பலம், மல் லிகை, மரு, பொன்தாமரை, ஜாதிப்பூ, சம் பகம், மாலதி, மகிழம்பூ, மந்தாரபுஷ்பம், குந்தம், தாழம்பூ, அரளி மற்றும் பலவகை மலர்களின் மாலைகளால் கூந்தலையும், கழுத் தையும் அலங்கரித்து இருப்பதைக் கண்டு வணங்கி உன் அருளை வேண்டுகிறேன்.

மரகத புத்தர்

கி.ராதாகிருஷ்ணன். I.P.S

இவை மனித வாழ்க்கையோடு இணைந்தன. நெய், எண்ணெய் அபிஷேகம், சந்தனக் காப்பு, திலகம், பொன்னாபரணங்கள், என மனிதஉருவங்களையும்அலங்கரிக்கத்தொடங் கின. நடராஜ உருவத்தில் அடங்கியுள்ள விஞ்ஞான, கலை, சமய தத்துவங்களை மேலை நாட்டு அணுசக்தி விஞ்ஞானிகள் ஆராய்ந்து பல ஆய்வு நூல்களை எழுதியுள்ளனர்.

வடமொழி, தமிழ் மொழி வந்த சமயப் பாடல்களில் அணிகலன் வகைகள் சிலவற் றைப் பார்ப்போம்.

ஒளி உருவம்கொண்டவனும்,தான் அணிந் திருக்கும் இரத்தின ஆபரணங்களிலிருந்தும் ஒளிக்கதிர்களைப் பரப்பி வானம், வாயு, தீ இவற்றிற்குஒளி அளிக்கும்தக்ஷிணாமூர்த்தியை வணங்குகிறேன்.

தேஜ: ஸ்தோனமரங்கதலம் கட்டித
பாஸ்வத் மாணிக்யோத்தைர்பாஸித
விஸ்வோ ருசிரைர்ய: தேஜோமூர்த்திம்
காநிலதேஜ: ப்ரமுகாப்திம்
தம் ப்ரத்யஞ்சம் தக்ஷிணவக்ரம் கலயாமி
(சங்கரர்)

கல்ஹாரோத்பல மல்லிகா மரு வகை:
ஸௌர்ணபங்கேருஹைர் ஜாதிசம்பகமாலதி
வகுலைர்மந்தார குந்தாதிபி: கேதக்யா
கரவீரகைர் பஹுவிதை: க்லுப்தா
ஸ்ரஜோ மாலிகா: ஸங்கல்பேன ஸமர்ப
யாமி வரதே ஸம்துஷ்டயே க்ருஹ்யாத்.

சௌந்தர்யலஹரி, மீனாக்ஷி பஞ்சரத்னம், திரிபுரசுந்தரி மானஸ்பூஜா போன்ற தேவி யின் பாமாலைகளை நோக்கினால் பல்வகை இரத்தினக் கற்களின் ஒளி கண்களைக் கூசும். பொன்னாபரணங்களின் ஒலி செவிக்குள் அமிழ்தத்தைப் பாய்ச்சும்.

என்னைக் கேட்டால்....

என்னைக் கேட்டால் புதுவருடம், பொங்கல், திருக்கல்யாணம்,
கார்த்திகை என்று எந்த விசேஷம் என்றாலும் துணி வாங்க
ஆயிரம் விளக்கிலுள்ள 'பத்மம்' ஷோரூமைத்தான் தெரிவு செய்வேன்
ஏனென்றால், ஒரு கண்ணியமான வசதியுடன் கூடிய அந்த ஷோரூமில்
ஷர்டிங்ஸ், சூட்டிங்ஸ் சேலைகள், வேட்டிகள், பாவாடை, ப்ளவுஸ் துணிகள்
எல்லாம் உயர்ந்த ரகத்திலும், குறைந்த விலையிலும் கிடைக்கும்.
இவ்வளவு நாகரீகமான ஷோரூமில் குறைந்த விலையில் துணிகள்
வாங்க முடியுமே என நீங்க ஆச்சரியப்படுவீங்க!
விலை குறைந்தது என்றால் அது தரத்தில் ஒன்றும் குறைந்தது இல்லை
'பத்மம்' ஷோரூமிலேயே தையல்காரர் பிரிவும் உள்ளது. சொன்ன
நேரத்தில் தைத்துத் தருகிறார்கள். மவுண்ட் ரோடில் இருப்பதால் ஒரு
ஷாப்பிங் இடை இருப்பது நம் பெண்களுக்கு எவ்வளவோ வசதி!
ஒரு முறை 'பத்மம் ஷோரூமிற்கு போய் பாருங்களேன்.
உண்மை உங்களுக்குப் புரியும்.
ஆயிரம் விளக்கு என்றாலே 'பத்மம்'...... இப்படிக்கு,
வாங்கித் திருப்தி அடைந்த ஒரு வாடிக்கையாளர்.

பத்மம்
சில்க்ஸ் அண்டு சாரீஸ்
193, அண்ணா சாலை, ஆயிரம் விளக்கு (ஆயிரம் விளக்கு கபே எதிரில்)
சென்னை - 600 006.

கொசுக்கள் உங்கள் தூக்கத்தைக் கெடுக்கின்றனவா?



**உபயோகியுங்கள் ஓடோமாஸ்–
உறங்குங்கள் நிம்மதியாக**

இப்போது 100 கிராம் எக்கானமி பேக்கிலும் கிடைக்கிறது



ஓடோமாஸ்
கொசுக்களின் எதிரி
BALSARA

CHAITRA-B BLS 546 TAM



* வாஸந்தியின் ''எல்லைகளின் விளிம்பில்'' சுரேஷ் கூறும் ''பகுத்தறிவு'' வேணும்'' இதைச் சின்ன வயசிலிருந்து மண்டையில் ஏத்தணும் சாப்'' என்பதுதான் இன்றைய உலகிற்குத் தேவையான போதனை!

வதூத். மேட்டுப்பாளையம்.

* ஏறக்குறைய இரண்டேகால் ஆண்டுகள் எங்களுடன் ஐக்கியப்பட்டுப் போன மாலு, பாலு, திலீப் என்றும் எங்கள் இதயத்தில் மணக்கும் மனோரஞ்சித மலர்களாக விளங்குவார்கள் என்றால் அது மிகையே அல்ல! வாஸந்தி அவர்களே... 'மங்கையர் மலரில்' அடுத்துப் பூக்கப் போகும் அற்புத மலர் எப்பொழுது? எது?

திருமதி. தேவஹுதன், மதுரை—3.

* ஒரு இனிய காவியத்தையே படைத்துவிட்டார் வாஸந்தி. மாலுவைப் போல தீர்க்க சிந்தனைகளைப் பெண்கள் பெற்றால் வரதட்சனைக் கொடுமையை ஒழிக்கலாம்தான். என்றாலும் மாலுவின் பெற்றோர் போல இல்லாது கலாவுடைய பெற்றோர் போன்றோர் தான் நிறைய பேர் இருக்கின்றார்கள். அதுதான் மனத்தைக் கலக்குகின்றது.

கலைப்பிரியன், காரைக்குடி.

* குழந்தை வளர்ப்பில் இயற்கை மருந்துவம் பற்றிய 12 கருத்துக்களும் படித்தேன். ஒவ்வொன்றும் பயனுள்ளது.

டி. தாழை பிரபு, குடியாத்தம்.

* ''மாறிவரும் தாம்பத்ய உறவுகள்'' என்கிற கட்டுரையில் கூறப்பட்டு இருந்த கருத்துக்கள் அனைத்தும் சிந்தனையைத் தூண்டி— சிந்திக்க வைத்துவிட்டன.

இந்திராணி சண்முகம், திருவண்ணாமலை.

* உமா சந்திரசேகர் எழுதிய ''போதி மரத்து ஞானோதயம்'' சிறுகதை வாழ்வில் நடந்த ஒரு உண்மைச் சம்பவம் போல்தான் என் மனத்திற்குப் பட்டது.

சண்முகத்தாய், சாத்தூர்.

* மாமியாரை அன்னையாகக் காணும் மருமகள் —

விமலா ரகுநாதனின் படைப்பில்.

— இனிமேல் நம்ம அம்மாதான் எனக்கும் அம்மா என்று சொல்லும் ராதிகா. நீ அருகிலிருப்பதே பெரிய பலமா இருக்கு எனக் கூறும் பாகீரதி —

இரண்டு நாளில் பிரெஷர் குறையும் என்று கூறும் மாலா — இவர்களைப் புரியும் போது இவர்கள் எந்த நூற்றாண்டுப் படைப்புக்கள் என்கிற பிரமிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. மாமியார் என்னும் கீதம் மீட்டப்படுகிறது.

குமாரி மதிகுமாரி, நெய்யூர்.

* லட்சிய எண்ணங்களும், உயர்ந்த கொள்கைகளும், பரந்த மனமும் கொண்ட திருமதி ஒய். ஜி. பி. யின் பேட்டி அசர வைத்தது. (இவ்வளவு நல்ல மனைவி அமைய இறைவனிடம் வரம் பெற்ற ஒய். ஜி. பி. சார் ஏன் கன்னத்தில் கை வைத்துக்கொண்டு போஸ் கொடுக்கிறார்?

தியாகராஜன், சென்னை—28.

* 1986 ன் நம்பிக்கை நட்சத்திரங்கள் பேட்டியில் பி. என். வனஜாவின் கணிப்பே கணிப்பு! ஸ்ரீ காந்தைப் பற்றி,

''அவர் பாட்டை எடுத்தாலே போதும்; களத்தில் ஒரே-பரபரப்பு, விறுவிறுப்பு. அவர் அடிக்க ஆரம்பித்தால், அவருக்கு ஈடாக விளையாடக் கூடிய பாட்ஸ்மென் யாருமே கிடையாது'' என்று கூறியது, ஸ்ரீகாந்த் சதம் அடித்தபோது நிரூபிக்கப்பட்டது!

பி. எஸ். வி. நாத், மேட்டூர் அணை—3.

* புக்ஷெல்ஃப்பைப் பார்த்ததும் எங்கள் கண்ணே பட்டுவிட்டது. ஏதாவது பூச்சி மருந்து தெளியுங்கள் இல்லத்துக்கு வேண்டிய நூல்களைத் தெரிவிப்பதற்காக.

ஜீவா முத்துலட்சுமி, மயிலாடுதுறை.

அட்டை வண்ணப் படம்: ஏ.வி.பாஸ்கர்

சொல்ல விரும்புகிறோம்

பிப்ரவரி'86

ராசி

மேஷம்



நீண்ட நாள் எண்ணிய எண்ணமான ஸ்தல யாத்திரைக்குச் சென்று வர வேண்டுமென்ற எண்ணம் பலிதமடையும் காலம் தற்போது நடைபெறு கிறது. எதிரிகள் மறைவர். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு மதிப்பும் நன்மையும் கூடும். பொருளாதாரச் செழிப்பு ஓரளவு நல்ல நிலையிலிருக்கும். தொழி லில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு நல்ல முன்னேற்றமும் பொருளாதாரச் செழிப்பும் ஏற்படும் காலம். எனினும் குடும்பத்தில் நிம்மதி என்று கூறு வதற்கில்லை. மனத்தில் ஏற்பட்டுள்ள கஷ்டங்கள் நிவர்த்தி ஆகும். பிப்ரவரி, 3, 4 ஆம் தேதிகள் சந்திராஷ்டம தினங்கள். மிக்க கவனமாக இவ்விரு தினங்கள் இருத்தல் வேண்டும்., திருமணம் ஆகாத பெண்களுக்கு விவாகம் கூடி வரும் காலம். அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ளோருக்குச் சுமா ரான காலம்.

ரிஷபம்



புத்திரர்களால் மன நிம்மதி குறைவு ஏற்படும். கணவன் மனைவி உறவு சுமுகமான முறையில் அமையும். தன்னைவிட உயர் பதவி, உயர் குலத்தவ ரால் அவமானம் ஏற்படும். சகோதர ஒற்றுமை குறையும். சிநேகிதருடன் வேற்றுமை ஏற்படும். மாணவர்களுக்குப் பிப்ரவரி 12 க்குமேல் நன்மை ஏற்படும். வியாபாரிக்கு ஏற்ற காலம். உறவினர்கள் பகை ஏற்பட வாய்ப் புண்டு.

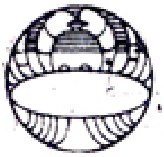
மிதுனம்



கணவன், மனைவியிடையே கருத்து முரண்பாடு ஏற்படும். எதிரிகளால் ஏற்படும் தொல்லை குறையும். எதிரிகளை வெற்றி கொள்வர். எண்ணிய எண்ணங்கள் ஈடேறும். தொழிலில் எதிர்பார்த்த லாபத்திற்குக் குறை வான லாபமே கிட்டும். மாணவர், மாணவியர்களுக்கு இம்மாதம் கல்வி யில் நாட்டம் குறையும்.

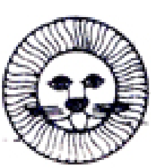
புரோக்கர் தொழில் போன்ற மூலதனம் இல்லாத் தொழில் புரிபவர் களுக்கு உரிய நன்மை கிட்டும். ஸ்தல யாத்திரை தடைப்படும். சகோதர ஒற்றுமை வலுக்கும்.

கடகம்



இந்த ராசியில் பிறந்தவர்களுக்கு இம்மாதம் மிகவும் நல்ல காலமாகும். எண்ணிய எண்ணங்கள் ஈடேறும். சுபகாரியங்களில் பங்கேற்பர். எதிரி களின் சூழ்ச்சி இந்த ராசிக்காரருக்கு வெற்றியைத் தேடித் தரும். கணவன், மனைவி உறவு சுமாராக இருக்கும். வேலைக்குச் செல்லுபவர்கள் தங்கள் அதிகாரியின் நல்லெண்ணத்தைப் பெறுவார்கள். வியாபாரிகளுக்குத் தொழிலில் முன்னேற்றம் — ஊக்கம் ஏற்படும். தெய்வ காரியங்கள் சிறப்பாக நடைபெறும். திருமணப் பேச்சு தாமதப்பட்டு திரும்ப நிறை வேறும்.

சிம்மம்



குடும்பத்தில் நிம்மதி குறைவான காரியங்கள் நிகழும். புத்திரர்களால் தொல்லை, கணவன் — மனைவி உறவு பாதிக்கும். எதிரிகள் கெடுதல் செய்பவர். மருத்துவ செலவு ஏற்படும். பொருள் விரயம் ஏற்படும். மன உறுதி ஏற்படும். மொத்தத்தில் பலவிதச் சிக்கல்களைக் குடும்பத் திலும், வெளியிலும் எதிர்நோக்க வேண்டிய காலம். பிப்ரவரி 12, 13 தேதிகளில் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டிய காலம். ஜாமீன் கையெ ழுத்துப் போடுதல், பிற முக்கியமான காரியங்களை இம்மாதம் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

பலன்

கன்னி



வியாபாரிகளுக்கு நினைத்தன்மைக்கு மேல் நன்மை நல்கும் காலம். தொழிலில் அபிவிருத்தி, லாபம், மாற்றம் ஏற்படும். கல்வி பயில்பவருக்குச் சுமாரான காலம். மறதி ஏற்படும். பெண்களுக்கு உடல்நலம் பாதிக்கப்படும். வீட்டில் குடும்பத்தாருடன் உறவில் விரிசல் ஏற்படும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு வேலை பளு அதிகரிக்கும். எனினும் நற்பெயர் பெறுவது அரிது.

துலாம்



மன வைராக்கியத்துடன் காரியத்தைச் செயல்படுத்தும் காலம். குடும்பத்திலும் வெளியிலும் மிக்க கவனத்துடன் பழகி வருதல் நன்று. புத்திரர்களால் தொல்லை. குடும்பத்தில் சுபநிகழ்ச்சி ஏற்படும். விவாகம் ஆகாத பெண்களுக்குத் திருமணப் பேச்சு துவங்கும். திருமணம் தாமதப்படும். எதிரிகள் மறைவர்.

விருச்சிகம்



எண்ணிய எண்ணம் ஈடேறும் காலம். மன ஊக்கம் ஏற்படும். இல்லறத்தில் சுமாரான ஒற்றுமை நிலவும். கலைஞர்களுக்கும், ஆசிரியர்களுக்கும் சுமாரான காலம். மறதி மற்றும் கவனக் குறைவால் நஷ்டம் ஏற்படும். அரசியல்வாதிகளுக்குக் கெடுதல் ஏற்படும். பிப்ரவரி 26, 27 ம் தேதிகள் நல்ல காரியங்களைத் தொடங்குதல் கூடாது.

தனுசு



செய்யும் காரியத்தில் புகழ் ஓங்கும். பொய்மையால் நன்மை. வீட்டை அலங்கரிக்கும் எண்ணம் ஏற்பட்டு நிறைவேறும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு மதிப்பும், காரிய வெற்றியும் ஏற்படும். மணமாகாதவர்களுக்கு; நீண்டநாள் தாமதப்பட்டுத் திருமணம் நடைபெறும். தெய்வ காரியங்கள் சிறப்பாக நிறைவேறும். பெரியவர்கள் ஆசிகிட்டும்.

மகரம்



மன ஊக்கம் — உறுதி வலுப்பெறும். குடும்பத்தில் சுபச் செலவுகள் ஏற்படும். மனத்தில் விரக்தி தோன்றும். தெய்வ காரியங்களில் அதிக நாட்டம் ஏற்படும். பொருளாதாரச் செழிப்பு பெருகும். அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ளோருக்குச் சுமாரான காலம். மாணவ — மாணவியர்களுக்குப் படிப்பில் நாட்டம் ஏற்படும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு மேல் அதிகாரியால் தொல்லை ஏற்படும். வியாபாரிகளுக்கு எதிர்பார்த்த லாபம் கிட்டாது.

கும்பம்



சுமாரான காலம். சாதகமான பலன்கள் நடைபெறாது. மனநிம்மதி குறைவு ஏற்படும்.

எதிர்காலத்தில் பற்றற்ற ஓர் நிலை ஏற்படும். கணவன் — மனைவி இடையே கருத்து முரண்பாடு ஏற்படும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இடமாற்றம் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. வியாபாரிகளுக்குச் சுமாரான காலம்.

மீனம்



தெய்வ அனுக்கிரகத்தினைப் பெறும் காலம் பிறரால் தொல்லை ஏற்படும் காலம். தொழிலில் நல்ல லாபம் கிட்டும். பொருளாதாரச் செழிப்பு ஏற்படும். சேமிக்க வாய்ப்பின்றி, சுபவிரயம் ஏற்படும். ஸ்தல யாத்திரை செல்லும் வாய்ப்பு கிட்டும். செவ்வாய் தோஷம் மற்றும் பாவம் உடைய பெண்களுக்குத் திருமணம் கூடிவரும் காலம். கல்வியாளர்களுக்கும், நுண்ணிய வேலைகளில் உள்ளவர்களுக்கும் சுமாரான காலம்.

ஜோதிடர் பொன்னம்மாள்

அம்மாடியோ ! அம்மாவோடு ஆசையுடன் விளையாட நேரமே போதாதே !

உங்கள் அருமைச் செல்வத்தின் எதிர்கால வாழ்வுக்கு
இன்றே போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்திடுங்கள்

உங்கள் குழந்தைக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்து இளம்பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு அளித்திடுங்கள்

வார நாட்களில்

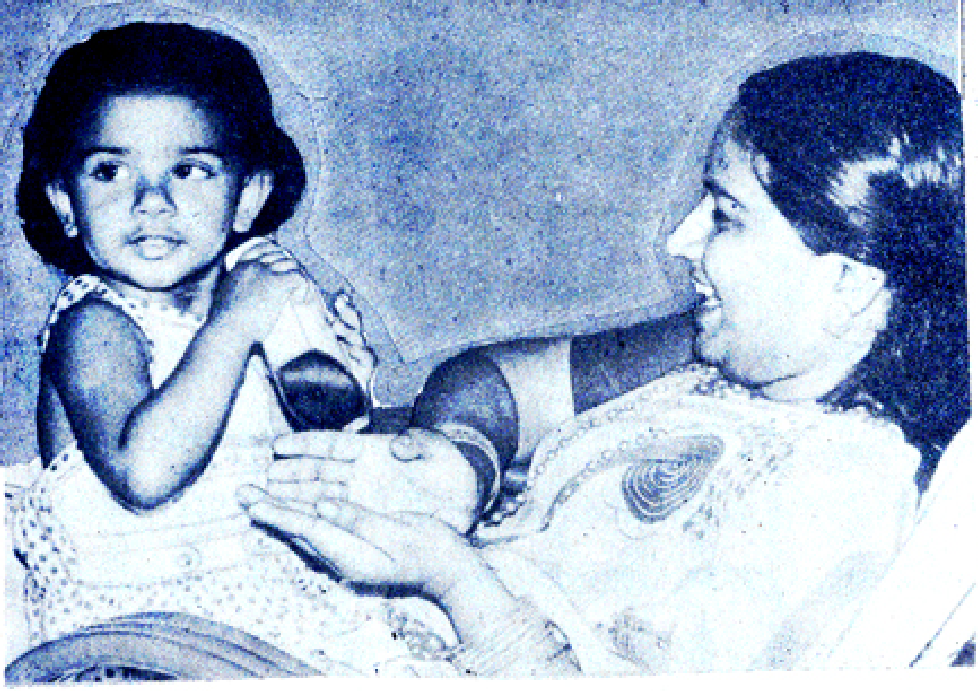
மாலை : 3 முதல் 6 வரை ஞாயிறு : விடுமுறை

மருத்துவரின் மேற்பார்வையில்-போலியோ சொட்டு மருந்து டிரிபிளாண்டிஜென்
மற்றும் மீஸில்ஸ் வாக்ஸின்

அளிக்கப்படும்-இடம் :

தமிழ்நாடு தாதா பார்மஸூடிகல்ஸ் லிமிடெட்

10, பத்மாவதியார் சாலை, ஜெய்பூர் நகர்,
(ஆயிரம் விளக்கு மசூதி அருகில்) சென்னை-600 086.
தொலைபேசி : 470656 479603





மதராஸி மகராஷ்ட்ரா போனபோது

சரியாக, மூன்று மாதங்களுக்கு முன், திருமணமான நான்காவது நாள் சென்ட்ரல் ஸ்டேஷனில் நிற்கிறேன். சுற்றிலும் புதுமுகங்கள்! முகம் சரியாகப் பார்க்காத கணவர், மாமியார், மாமனார், மச்சினர், உறவினர்கள்... போகப் போவது மாநிலத்தை விட்டே! புதிதான மஹாராஷ்டிரா விற்குப் பெரிதாக அழுதபடி "டாடா" கூடக் காட்ட முடியாமல் தவித்த என்னை டிரெயின் சுமந்து கொண்டு செல்ல, மனம் முழுவதும்— அப்பப்பா என்னென்ன நினைவுகள்! எத்தனை பயம்?

"தோ பாரு! அங்கேயெல்லாம் சாதம் கிடையாது! வெறும் ரொட்டி தான் மூணு வேளையும். ஆரம்பத்துல கொஞ்சம் கஷ்டமாயிருக்கும். அட்ஜஸ்ட் பண்ணிக்கோ...!"

"புது இடம், மனுஷா! பார்த்து ஜாக்கிரதையா அனுசரிச்சு நடந்துக்கோ!"

"மாமியார், மாமனார்னு வேற்றுமையெல்லாம் பார்க்கக் கூடாது. அப்பா அம்மா மாதிரி நடந்துக்கணும் நீ! அப்பத்தான் பெருமை நமக்கு!"

"தொட்டாசிணுங்கியா இங்க இருந்தாப்பல இருக்கக் கூடாது. யாராவது ஏதாவது சொன்னா மூஞ்சியத் தூக்கி வச்சுண்டு உட்காரக் கூடாது!" இப்படியாக ஆளுக்கொரு பயமுறுத்தல் அட்வைஸ்கள்! கூடவே, "அவ சாமர்த்தியக்காரப் பொண்ணு! நல்ல பேர் வாங்குவா!" என்ற சர்டிபிகேட் வேறு.

மொழி, இனம் புரியாத மக்கள், புதிய கணவன், குணமறிந்திராத மாமியார், மாமனார் இவர்களுக்கு நடுவே எப்படி? எப்படி நான் என் வாழ்க்கையைத் தொடங்கப் போகிறேன்? நான் பயந்தபயமிருக்கிறதே! அப்..பப்..பா.. ஆனாலும் மனத்தின் ஒரு மூலையில் ஒரு சின்ன சந்தோஷக் கீற்று. ஹிந்தி கொஞ்சம் தெரியும்! ப்ராத்மிக் படித்திருக்கும் ஜரூரில் எப்படியாவது தரிகிடத்தோம் போட்டு விடலாம் என்ற நப்பாசை. இத்தனை உணர்ச்சிக் குழப்பங்களோடுதான் நான் புகுந்த வீட்டில் அடியெடுத்து வைத்தேன்.

புகுந்த ஊரான "கோண்டியாவில்" எத்தனை தமிழர்கள் தெரியுமோ? விரல் விட்டு எண்ணினேன். எண்ணி ஐந்தே குடும்பங்கள். ஆளுக்கொரு மூலையில். சுற்றிலும் மஹாராஷ்டிரர்கள், பஞ்சாபிகள், மராட்டியர்கள்... ஏதோ புதி

தாய் ஒரு ஜந்துவைப் பார்ப்பது போல் பார்க்காமல், முகத்தைவெடுக்கென்று திரும்பிக் கொள்ளாமல், ''பாபி! பாபி!'' என்று சட்டென்று கண்களில் பாசம் வழிய வந்து ஒட்டிக் கொண்டு விடும் பக்கத்து வீட்டு மனிதர்களின் பாங்கு... முதல் பார்வையிலேயே என்னை அசர வைத்தது என்றே சொல்லவேண்டும். மறுநாளிலிருந்தே ஓடி ஒளிந்து கொள்ளும் என்னை இழுத்து வைத்துக் கொண்டு என்னோடு பேசும் அழகு.

திடீரென்று பக்கத்துக் காம்பவுண்டிலிருந்து குரல் கேட்கும்.

''ஊமா! க்யா சப்ஜி?'' (என்ன கறி?) என்ன சொல்வது? கத்தரிக்காய், காலிஃப்ளவர், என்று நான் சொன்னால் அவர்களுக்கெப்படிப் புரியும்? திருதிருவென்று விழித்தபடி கையைப் பிசைந்து கொண்டு நிற்பேன். மாமியாரிடம் அந்தநிமிடமே ஆரம்பப்பாடம்— கத்தரிக்காய்க்கு ஹிந்தியில் என்ன? மிளகாய்க்கு ஹிந்தியில் என்ன? என்று.

ஆந்திராவாகட்டும். தமிழ்நாடாகட்டும்; ஒட்டு மொத்தமாக அவர்கள் நாமகரணம் சூட்டுவது மதராஸி! விருந்து என்று அழைத்து நான் போகும் போதெல்லாம் பட்டபாடு... அப்பப்பா! அவர்கள் ஆசையோடு பேசு... நன்றாய்ப் புரியும். பதில்? அது தான் படித்த ஹிந்தியின் சாபக்கேடோ என்னவோ — சட்டென்று அழகாய் பதில்சொல்லமுடியாமல்வெட்கமும், தயக்கமும் வந்து தடுக்க...

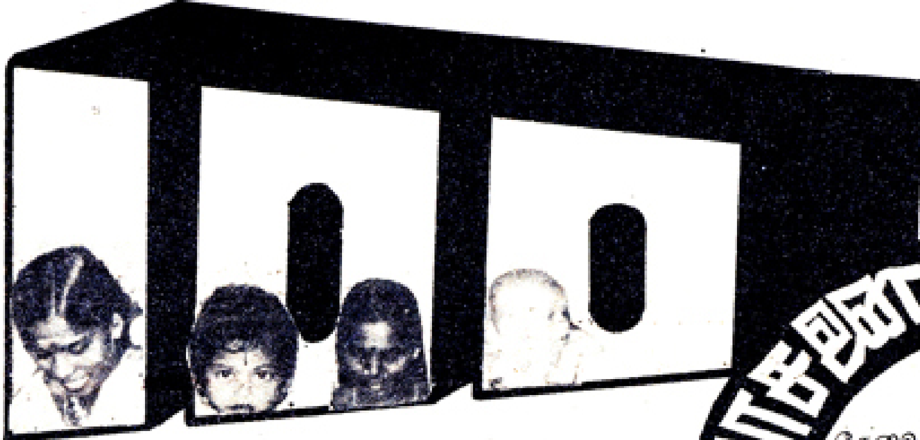
''ஹா! ஹிந்தி நஹி சம்ஜதே!'' (ஹிந்தி புரியாது இல்லே) என்று தங்களுக்குள் பேசிக் கொள்ள... (அதுவும் புரியும் எனக்கு) பேசாமல் நடுவில் பொம்மை போல உட்கார்ந்திருப்பேன்.. கழுத்திலிருக்கும் புது மஞ்சள் கயிற்றைப் பார்த்துவிட்டு என்ன அது? யார் கட்டுவார்கள்? எப்போது? அறுந்து போனா என்ன பண்ணுவீங்க...?' இப்படியாக எத்தனைக் கேள்விகள் ஆவலோடு... என் கழுத்துத் திருமாங்கல்யத்தைப் பார்த்துவிட்டு ஆவலோடு தான் போட்டுக் கொண்டுள்ள கருகமணிப் பொட்டைத் தூக்கிக் காண்பிக்கும் மகிழ்ச்சி... ராமேஸ்வரம் (நம் ராமேஷ்வரம்) மதராஸிலிருந்து எத்தனை தூரம் என்று அறியும் ஆர்வம் (இவை யாவற்றிற்கும் பதில் சொல்வதென்னவோ என் கணவர் தான்). நான் நடுவில் அமர்ந்திருக்க, ஹிந்தி சரளமாய் அவர்கள் வாயில் புகுந்து விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் நேரம் ஓடுவது தெரியாமல்.

நகத்தையும், ஒவ்வொருவர் முகத்தையும் பார்த்துக் கொண்டு எத்தனை நேரம் உட்காருவது? கணவர், ''போகலாமா?'' என்று கேட்க — எப்போது அந்த வார்த்தை வரப் போகிறது என்றிருந்தவள் போல, ''ம்!'' என்றபடியே சட்டென்று எழுந்து விட்டவளைப் பார்த்து எல்லோரும் 'கொல்'லென்று சிரிக்க அப்பப்பா...! கடைசியாய் அட்வைஸ் வேறு 'பாபி! யூ மஸ்ட் லேர்ன் ஹிந்தி!'' இப்பொழுது என்னுடைய ஆசையெல்லாம் நிறையப் பேச வேண்டும் சரளமாய் — தயக்கத்தை விட்டு. (இப்பொழுது கொஞ்சம் போயிருக்கிறது.) ஆசையோடு, ஆவலாய்ப் பேசத் துடிப்பவர்களுக்குப் பதில் சொல்ல வேண்டும். அவர்களோடு பேசி, அவர்களின் கலாசாரம், பண்பாடு எல்லாவற்றையும் அறிந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதே.

— உமா குமார்.

இந்தப் பனிக் காலத்தில் ஏற்படும் தொண்டை கரகரப்புக்கும், விடாத இருமலுக்கும், டாக்டரிடம் செல்லாமல்; வீட்டிலேயே ஓர் எளிய வைத்தியம் செய்யலாம். ஒரு துண்டு சித்தரத்தை, ஐந்தாறு வால்மிளகை நன்கு பொடி செய்து இரண்டு டம்ளர் நீரிலிட்டு நன்கு கொதிக்க வைத்து நீர் அரை டம்ளராக வற்றியதும் இறக்கி வடிக்கட்டி, சிறிது பனங்கற்கண்டும், அரை டம்ளர் பாலும் சேர்த்து, தொடர்ந்து 3 நாட்கள் அருந்தி வர நல்ல பலன் கிடைக்கும். கபம் அறவே அகலும்.

— சந்திரா.



யோசனைகள்



—மூன்றும் பாகம்—

பஜ்ஜி போடுவதற்கு, கடலே மாவு, அரிசி மாவு கூட வேண்டும் என்பதில்லே. கோதுமை மாவில், பச்சை மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து பஜ்ஜி போடலாம். மிகவும் நன்ருக இருக்கும்.

•

பருப்புக் குழம்பிற்கு பொடி போட்டுச் செய்ப வர்கள் குழம்பு நன்ருகக் கொதித்ததும் இறக்கும்போது சிறிது தனியாவுடன் தேங்காய்த் துருவலேயும் வறுத்துக் கொண்டு பொடி செய்து போட்டால் மிகவும் ருசியாக வும், வாசனேயாகவும் இருக்கும்.

•

ஊறுகாய் போட எண்ணெய் நிறைய வேண்டும் என்று கவலேப்படுகிறீர்களா? எலுமிச்சம் பழம் ஒரு டஜன் வாங்கிச் சிறிய துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு ஜாடி யில் போட்டு உப்பும் மஞ்சள் பொடியும் போட்டுக் குலுக்கி வைக்கவும். நன்ருக ஊறியதும் அதற்குத் தேவையான மிளகாய்ப் பொடியைப் போட்டு, அதே அளவுள்ள வெல்லத்தை நன்ருகக் கட்டியில்லாமல் தட்டி அதன் கூடப் போடவும். எல்லாவற்றையும் நன் ருகக் கலந்து மூடி வைக்கவும். தினமும் கிளறவும். இரண்டு நாள் கழித்துச் சேர்ந்ததும் ஊறுகாயைத் தொட்டுக் கொள்ள மிகவும் ருசியாக இருக்கும். ஒரு மாதம் வரை கெடாது.

•

குளிர் காலங்களில் பலருக்குப் பாதங்களில் உண்டாகும் பனி வெடிப்பிற்கு வலி நீங்கி நிவாரணம் பெற, எளிய மருந்து. 50 கிராம் நல்லெண்ணெயை நன்ருகப் புகை வரும்படி சூடு பண்ணி, அதில் 2 அங்குல நீளமுள்ள மெழுகுவர்த்தித் துண்டைத் தூள் பண்ணிப் போட்டால் கரைந்து விடும். சூடாறியதும் எடுத்து வெடிப்பின் மீது தடவினுல் மிகவும் விரை வில் வலி நீங்கிவிடும்.

•

சணல் மிதியடிக்கு அடியில் Glue—வினால் Paint பண்ணவும். சணல் உதிர்வதைத் தடுக்கும். மிதியடிகளின் ஆயுளும் நீடிக்கும்.

•

குழந்தைகளின் ஜீன்ஸ் உடை புதிதாக இருக்கும்போதே உடையின் முழங்கால் பாகத்தில் உட்பக்கம், சிறிய துண்டு துணியைத் தைத்துவிட்டால், ஜீன்ஸ் சீக்கிரம் கிழிந்து போகாமல் இருக்கும்.

•

சுமார் 25 அல்லது 30 சென்டிமீட்டர் நீளமுடைய மெழுகுவர்த்தியை ஏற்றி, அதிக ஆழமில்லாத, அகலமான நீர் நிறைந்த பாத்திரத்திலே வைத்து முகம் பார்க்கும் கண்ணாடிக்கு முன் வைத்தால், அதிக வெளிச்சம் கிடைக்கும்.

•

கேன்வாஸ் ஷூவை சோப்புப் போட்டுச் சுத்தம் செய்துவிட்டு, ஷூவின் கால் விரல்கள் பகுதியில் சிறிய, மிருதுவான, அதாவது கரடு முரடில்லாத கற்களை வைத்துவிட்டால், ஷூ உலரும்போது, ஷூவின் வடிவம் பாதிக்கப்படாமலிருக்கும்.

•

துணிகளிலுள்ள வியர்வை நாற்றம், கறைகளைப் போக்க, வினிகர் மிகச் சிறந்தது. துணிகளைத் துவைப்பதற்கு, நீரில் நனைக்கும் முன்பு வியர்வை பட்ட இடங்களிலும், கறைபட்ட இடங்களிலும், சிறிது வினிகரைத் தடவி விட்டுப் பிறகு நனைத்துத் துவைத்தால், நாற்றம், கறை மாயமாகும்.

•

நாம் பயன்படுத்தும் சமையல் எண்ணெய்களை மூன்று மாதம்வரைதான் வைத்து இருந்து உபயோகிக்கலாம். அதற்கு மேல் அதனை வைத்து பயன்படுத்தினால், அதிலுள்ள உயிர்ச் சத்துக்கள் எல்லாம் அழிந்துவிடும். அதே நேரம் அந்த எண்ணெயில் அமிலத் தன்மையும் கூடிவிடும். இது உடம்புக்கு மிகவும் கெடுதி.



•

துணிகளை உலர் இயந்திரத்தினால் உலர வைத்தால், பொத்தான்களைப் போட்டுவிட்டு, துணியின் உட்பக்கம் வெளியே காணும்படித் திருப்பிவிட்டால், பொத்தான்கள் உடையாது.

•

ஐஸ்கிரீம் தயார் செய்ய கஸ்டர்ட் பவுடரோ, ஐஸ் கிரீம் பவுடரோ தேவை என்பதில்லை. எளிய முறையில் தயார் செய்யும் ஐஸ்கிரீம் —

'மில்க் பிரட்' அல்லது 'ரஸ்க்' எதுவாகினும் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். அரை லிட்டர் பாலை கால் லிட்டராக அளவான சர்க்கரை போட்டுக் காய்ச்சுங்கள். பிரட் அல்லது ரஸ்க்கைப் போட்டு ஊற வையுங்கள். ஊறி, ஆறியதும் மிக்ஸியில் நன்கு அடிக்கவும். வெனிலா அல்லது பிரியமான எஸன்ஸை விட்டு 'பிரீஸரில்' டிரேயில் வையுங்கள். ஒரு மணிக்குப் பிறகு



எடுத்து மறுபடி மிக்ஸியில் போட்டு அடியுங்கள். மறுபடி பிரிஜ் பிரீஸரில் (குளிர் சாதன அறை) வையுங்கள். நிறைய 'டூடி புரூட்டி' பழங்கள் இருந்தாலும் போட்டு வைக்கவும்.

இப்போது ஒரு மணியில் 'ஐஸ் கிரீம்' ரெடி. சாப்பிட்டுவிட்டால் விடாமல் செய்யத் துவங்குவீர்கள்.

•

புடலங்காய் விதைகளைச் சட்னி மட்டுமல்ல. ருசியான பொடி தயாரிக்கலாம். விதைகளை நல்ல வெயிலில் உலர்த்தி விடவும். அளவான மிளகாய் வற்றல், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம் இவற்றை வறுத்து உப்பு சேர்த்து மிக்ஸியில் பொடித்துக் கொள்ளுங்கள். பொடி விஷயம்தான். பிரமிப்பான ருசி கிடைக்கும்.

•

கொண்டைக்கடலை போன்றவை சுண்டல் செய்யும்போது உருவத்தில் பருத்து இருந்தால் நன்றாக இருக்கும். முதல்நாளே ஊற வைத்தால்கூட ஒரு மணி





நேரம் வெயிலில் வையுங்கள். பிறகு வேக வைத்தால் கடலை சுருக்கமின்றிப் பெரிதாகவும் வெந்தும் காணும்.

•

சமையல் செய்யும்போது கிழங்குகளைச் சீக்கிரமாக வேக வைக்க அதனை அரிசி கழுவிய தண்ணீரில் வேக வைக்கலாம்.

•

மிக்ஸியில் தயிரைக் கடையும்போது மிக்ஸி சிறிது நேரம் ஓடிய பின் நிறுத்திவிட வேண்டும். பத்து நிமிடங்கள் கழித்து மிக்ஸியை மீண்டும் ஓடவிட்டால் வெண்ணெய் நன்றாகத் திரண்டு வரும்.

•

அவசரமாக வெளியே கிளம்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்கள் காதுக் கம்மலின் திருகு உடைந்தோ, தொலைந்தோ போகிறது. யோசிக்காதீர்கள். உங்கள் குழந்தைகளிடம் இருக்கும் 'அழி' ரப்பரில் சிறு துண்டு ஒன்று 'கட்' பண்ணி மாட்டிக் கொண்டு, பயமில்லாமல் சென்று வாருங்கள்.

•

ஸ்வெட்டர் பின்னும் ஊசியின் கொண்டை பாகம் உடைந்து 'உல்' அடிக்கடி ஊசியை விட்டுக் கழன்று விடுகிறதா? கவலைப்படாதீர்கள். இரண்டு சைஸ் பாசியை எடுத்து மாட்டி விடுங்கள்.

காலில் புதுச் செருப்பு கடித்துவிட்டதா?

சாதாரணமூங்கில் சுழியை சிறிய துண்டாகச் செய்து எடுத்துக் கொண்டு சொர கொரப்பான கல்லில் சிறிது தண்ணீரை விட்டுக் கொண்டு அழுத்தித் தேய்த்தால் சந்தனம் போல் விழுதாக வரும். அதை எடுத்துச் செருப்புக் கடித்த இடத்தில் புண் ஆன உடனேயே தாமதியாமல் தடவினுல் உடனடியாக வலி நீங்கி நிவாரணம் உண்டாகிவிடும். தேவையானுல் இன்னும் ஓரிரு தடவை போடலாம்.

•

உடலில் காயம் ஏற்பட்டு, ரத்தம் தேங்கி வீக்கம் ஏற்பட்டு அல்லல் படுகின்றவர்களுக்கு இதோ ஒரு எளிய நிவாரணம்:

கொட்டைப் பாக்களவு புளியையும், அதே அளவு உப்பையும் சிறிது தண்ணீரில் கரைத்து, இரும்புக் கரண்டியிலிட்டு, அடுப்பில் வைத்துக் கொதிக்க விடவும். பின் இளஞ்சூட்டுடன் இந்தக் கலவையை 'ரத்தக் கட்டு' மேல் கனமாகப் பற்றுப் போடவும். காலே, மாலே இரு வேளைகளில் மூன்று நாட்களுக்குத் தொடர்ச்சியாக இவ்வாறு செய்துவரின் வீக்கம் மறைந்துவிடும்.

•

நாய்க்கடிக்கு நல்ல மருந்து!

நாய் கடித்துவிட்டதா? உடனே நாய்க்கடி ஊசி போட உள்ளூரில் வசதி இல்லையா? ஒரு ஆன்டிசெப்டிக் ஊசி போட்டுக் கொள்ள வசதியிருக்கிறதா, போட்டுக் கொள்ளுங்கள்! பிறகு மணத்தக்காளி இலைகளை நன்ருகச் சாறு பிழிந்து கடிவாயில் பிழிந்து சக்கையையும் மேலே ஒட்டும்படி வைத்துவிடுங்கள்... குணமாகிவிடும். மணத்தக்காளிச் சாறு நாய்க்கடிக்கு நல்ல மருந்து!



•



மல்லிகைப் பூக்கள் நிறையப் பூப்பதற்கு மல்லிகைச் செடியின் அடியிலுள்ள மண்ணை நன்ருகக் கொத்திவிட்டு செடியிலுள்ள இலைகள் பூராவையும் (ஒன்று கூட விடாமல்) உருவி மண்ணுடன் கலந்துவிட்டுத் தண்ணீர் ஊற்றிக் கொண்டே வந்தால் புதிதாகத் துளிர்விட்டுக் கணுவுக்குக் கணு செடி கொள்ளாமல் மலர் பூத்துக் குலுங்குவதைக் காணலாம். மாசி, பங்குனி மாதங்களில் மல்லிகைப் பூக்கத் தொடங்கு முன் செய்ய வேண்டும்.

•

காட்பரிஸ்

போர்ன்விடா



சுறுசுறுப்பு பானம்!

போர்ன்விடா—கோகோ, மால்ட், பால் மற்றும் சர்க்கரையின் ஊட்ட கலன்களைக் கொண்ட ஒரு உன்னத உணவு பானம் ஆகும். 100 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக அனுபவம் உடைய காட்பரி நிபுணர்களால் தயாரிக்கப்படுவது போர்ன்விடா.
ஒவ்வொரு கப் பாலுடனும் இரண்டு ஸ்பூன் போர்ன்விடா சேர்த்து, உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு நலமான சுவையான பானம் அளியுங்கள். வளரும் குழந்தைகளுக்கு விசேஷமாக நன்மை அளிப்பது போர்ன்விடா. அவர்களுக்கு தேவைப்படும் விசேஷ ஊட்டச் சத்தும் சுடிகையும் பெற்றிட தினமும் இருவேளை அவர்களுக்கு போர்ன்விடா தாருங்கள்.

கவனத்துடன் வளர்த்திடும் ஒரு அன்னை கூறுகிறாள் "என் குழந்தைகளுக்கு போர்ன்விடா தருவதினால், வளரும் வயதில் அவர்களுக்குத் தேவையான விசேஷ ஊட்டம் கிடைக்கிறது. ஆகவே நல்ல வளர்ச்சி போர்ன்விடா பயிற்சி."



போர்ன்விடாவின் இனிமைக்காலம். போர்ன்விடா அளித்தவரை பாசமனங்கள் நேசத்தோடு நினைத்து மகிழும் ஒருநாள்.

OBM/5135/TAM

With Best Compliments From

PIONEER GROUP

THE COIMBATORE PIONEER MILLS LIMITED

Peelamedu, Coimbatore-641 004.

1985-86 GOLDEN JUBILEE YEAR

Manufactures quality yarns and undertakes

TEXTILE PROCESSING

CHANDRA TEXTILES LIMITED

Peelamedu, Coimbatore-641 004.

Manufactures fine quality yarns and
undertakes sizing and warping of yarns

SRI RANGAVILAS GINNING AND OIL MILLS

Pappanaickenpalayam, Coimbatore-641 037

A Ginning and Oil Mills for Ginning of
Cotton, Crushing of Cotton seeds and
Mercerising yarn

THE COIMBATORE PIONEER MACHINE WORKS LTD

Onnalvadi, Hosur-635 125

A Mechanised Foundry for Manufacture of
graded Cast Iron and SG Iron castings



ஊறுகாய்கள் போட்டுச் சிறிது நாளில், செளுப்பு வாசனை வந்துவிட்டது. பிடிக்கவில்லை; என்ன செய்வது? என்று சிலர் தவிப்பர். அவர்களுக்கு ஒரு யோசனை :-

அந்த ஊறுகாய்களுடன் ஒரு கரண்டி மரவள்ளிக் கிழங்கு ஊறுகாயைச் சேர்த்து கலந்து வைத்து விடுங்கள். இப்போது செளுப்பு போன இடம் தெரியாது. ஆனால் மாஹானி, ஊறுகாய் வாசனை பிடிக்குமா?' பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

•

தோசை, இட்லி, கொழுக்கொட்டை, சப்பாத்தி இவைகளைச் சூடு ஆறுமல் மூடி வைத்தால் வேர்த்து விட்டு ஊசல் நாற்றம் வரும். திறந்து வைத்தாலோ, வறவறத்துப் போகும். மெல்லிய வெள்ளைத் துணியை தண்ணீரில் நனைத்து ஒட்டப் பிழிந்து பலகாரம் (தோசை (அல்) இட்லி) மீது மூடவும். இப்போது மிருதுத் தன்மை குறையாது. ஊசல் வாடை, வறவறப்பு இரண்டும் ஏற்படாது.

கொத்துக் கடலையை (கொண்டக் கடலை) சமையலில் சேர்ப்பதற்கு முன்தினமே ஊற வைக்க மறந்து விட்டால்கவலையில்லை. கடலையை எண்ணெய் விடாமல் நன்கு வறுத்து குக்கரில் வேக வைத்தால் நன்ருக வெந்துவிடும்.

•

சிறிது மருதாணி இலைகளுடன், சிறிது படிகார உப்பைச் சேர்த்து விழுதுபோல் அம்மியில் அரைத்து எந்த நகத்தில் நகச்சுற்று இருக்கிறதோ அந்த நகத்தில் இரவில், மருதாணி இடுவதுபோல் இட்டுக் கொண்டு காலையில் எடுத்தால் நகச்சுற்று சுத்தமாக நீங்கிவிடும்.

•



முகத்தில் வெடிப்பு போன்றவற்றிற்கு எளிய வழி:

தயிருடன் (புளிப்பில்லாதது) சிறிது மஞ்சள் பொடியைக் கலந்து, முகத்தில் தடவி வர, முகத்தின் தசைகள், வெண்மையாகவும், மென்மையாகவும் பளபளக்கும். அம்மாதிரியான வெடிப்பு, பரு போன்றவைகளும் வராது. தொடர்ந்து இரு வாரங்கள் தடவி வந்தாலே நல்ல மாற்றத்தைக் காணலாம்.



தக்காளி தோசை:

தக்காளி மலிவான காலத்தில் செலவு அதிகம் இல்லாமல் தோசை செய்யலாம். பழுத்த தக்காளி 5 or 6 அரிசி 1/2 படி, உளுந்த பருப்பு 1 கரண்டி, சிறிது அளவு வெந்தயம், உப்பு, மிளகாய், பெருங்காயம் தேவையானால் வெங்காயம் சேர்த்து அரைத்து செய்ய லாம்.

•

பெங்களூர் ரசம்:

இதற்குக் கூட கொஞ்சம் பருப்புப் போடவேண் டும். எல்லா ரசம் போல் புளி, உப்பு கொதித்த பிறகு தக்காளி சேர்த்து, கொதித்த பின் பருப்பை நன்ருகக் கடைந்து அப்படியே கொட்டி, வாணலியில் மிளகாய் வற்றல், தனியா கொஞ்சம், வெந்தயம், கொஞ்சம் கடுகு, துளி கொப்பரை, மிளகு, சீரகம் கொஞ்சம் சேர்த்து வறுத்துப் பொடி செய்து இறக்கும் பொழுது போட்டுக் கொதி வந்ததும் கடுகு, கருவேப்பிலே, பெருங்காயம் தாளிக்கவும். கலக்கி விட்டுக் கொள்ள வும்.

குழம்பு ரசம் இரண்டும் ஒன்ருக செய்ய இது நல் லது. வாய்க்கு மிக ருசியாக இருக்கும்.





எலுமிச்சம்பழ ரசத்திற்குப் பருப்பு ஜலத்துடன் பச்சை மிளகாய் அரிந்து போட்டு, கொதிக்க வைத்து, இறக்கும்போது, 1 டீஸ்பூன் பருப்புப் பொடி போட்டுக் கலந்தால், வீடே மணக்கும்.

•



மாதவிலக்கு சமயத்தில் பெண்களுக்கு ஏற்படும் கடுமையான வலியைக் குணப்படுத்த, சிறிதளவு பஞ்சு எடுத்து அதை ஆல்கஹாலில் நனைத்துக் காதில் வைத் துக் கொண்டால் மூன்று நிமிடத்திற்குள் வலி பஞ் சாகப் பறந்துவிடும் என்று சில டாக்டர்கள் 'பாப்புலர் மெடிசின்' பத்திரிகையில் அறிவித்திருக்கிருர்கள்.

•

முகப்பருவுக்கு எளிய மருந்து

வெள்ளிப்பூண்டை நறுக்கிப் பருவின் மேல் தடவினுல் புண் சீக்கிரம் ஆறும். பருவின் தீவிரம் அதிகமாக இருந்தால் ஒரு பல் பூண்டை நசுக்கி, ஒரு சொட்டுத் தேன் கலந்து பருவின் மேல் தடவலாம்.

சாப்பிட்ட உணவு ஜீரணமாகாமல் நெஞ்சைக் கரித்துக் கொண்டு வந்தால், சிறிது எலுமிச்சம்பழத் தோலைக் கடித்துச் சாப்பிட்டால் உடனே குணம் தெரியும்.

•

தண்ணீரில் கோலம் போடுவர்கள் கவனத்துக்கு:

'எக்ஸ்பயரி' தேதி ஆன அனுசின் போன்ற மற்றும் வெண்மை மாத்திரைகளை நன்கு பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். பிரஞ்ச் சாக்குக்குப் பதிலாக உபயோகப்படுத்தலாம். இந்த பவுடர் நீரில் கரைவதில்லை. அனுபவத்தில் இந்தப் பவுடர் தண்ணீரில் கரையாமல் நின்றது.

•

கல்யாண பூசணிக்காய் என்று அழைக்கப்படும் சாம்பல் பூசணியைத் (வெள்ளை) தொட்டகையுடன் தலையைச் சொறிந்து கொள்ளாதீர்கள். காரணம் தலைமயிர் நரைத்துவிடும்.







ரவாகேசரி செய்யும்பொழுது, சர்க்கரைக்குப் பதில் வெல்லத்தை உபயோகித்துப் பாருங்கள். இதன் சுவை அலாதியாக இருப்பதோடு செலவும் குறையும்.

•

துவாதசி பொறித்த ரசம்:

பருப்பு கட்டு எடுத்து உப்பு, மஞ்சள் பொடி போட்டுக் கொதிக்க வைத்து, கொதித்துக் கொண்டிருக்கும்போது ½ ஸ்பூன் துவரம் பருப்பு ½ ஸ்பூன் உளுத்தம் பருப்பு மிளகாய் குறைவாக தனியா ஒரு ஸ்பூன் போட்டு கடைசியில் மிளகு, சீரகம் போட்டு வறுத்துக் கொண்டு கொஞ்சம் (கொப்பரை) தேங்காய் வைத்து, பொடி செய்து சேர்த்து ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி, கடுகு, கருவேப்பிலை, பெருங்காயம் தாளிக்கவும். தக்காளி போடலாம். புளிப்பு வேண்டுமானால் எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து கொள்ளலாம்.

•



முகப் பருக்கள் நீங்க.

ஜாதிக்காயைச் சந்தனக் கல்லில் உறைத்து, இரவில் தினமும் முகத்தில் பூசி வர பருக்கள் இருந்த இடம் தெரியாமல் மறைந்து முகம் அழகாக மாறும்.

•

ரசத்தை அடுப்பிலிருந்து இறக்கி வைத்தவுடன் நெய்யில் கடுகு தாளித்துக் கொட்டும்போது அதிலேயே ஒரு கொத்து கருவேப்பிலையை கிள்ளிப் போட்டு பொரிந்தவுடன் பெருங்காயத்தையும் போட்டு ரசத்தில் கொட்டவும். ஏ—1 ஆக ரசம் இருக்கும்:

(பி.கு.: கருவேப்பிலை, பெருங்காயம் இரண்டையும் ரசம் கொதிக்கும்போதே போட்டால்தான் ரசம் சுமாராக இருக்கும். இது மாதிரி பொரித்துப் போட்டால் பிரமாதமாக இருக்கும்.)

சாதர்ரணமாக தேங்காயைத் துருவி பர்பி செய்வதற்குப் பதிலாக, தேங்காயைத் துருவி தேவையான பாலை விட்டு அதைக் கல்லுரலில் நன்ருக அரைத்து பர்பி கிளறினல் அதன் ருசியே தனிதான்!



கால் வீக்கத்தைக் குறைக்க.....

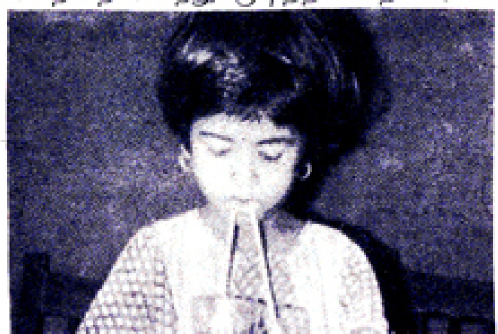
செம்மண்ணை த் தண்ணீரில் கரைத்து அடுப்பில் சுட வைத்தால் கெட்டியாகச் சூடாக இருக்கும். இந்த மண்ணை காலில் வீக்கம் உள்ள இடத்தில் கைபொறுக்கு மளவு சூடாக எடுத்துத் தடவிவிட வேண்டும். இது இரவு நேரத்தில் போட வேண்டும். காலையில் வீக்கம் குறைந்து காணப்படும். இரண்டு மூன்று முறை போட்டால் பூரண குணமடையும். இது யானைக்கால் உள்ளவர்களுக்குப் பொருந்தாது. திமிர் வீக்கம், இடிபட்ட வீக்கம் இவைகளுக்கு மட்டும் பொருந்தும். கடையில் விற்கும் காவியில் போடக்கூடாது. செம்மண்ணில்தான் போட வேண்டும்.

•

விளையாட்டு, ஓட்டப் பந்தயம், கடுமையான வேலை காரணமாக ஏற்படும் களைப்பைப் போக்க ஒரு எலுமிச்சை பழத்தை உடனே கடித்து சாற்றை சாப்பிட்டால் போதும். இல்லை என்ருல் பழச் சாற்றை எடுத்துப் பிழிந்து சர்க்கரை சேர்த்து குடித்தாலும் களைப்பு உடனே மறையும்.

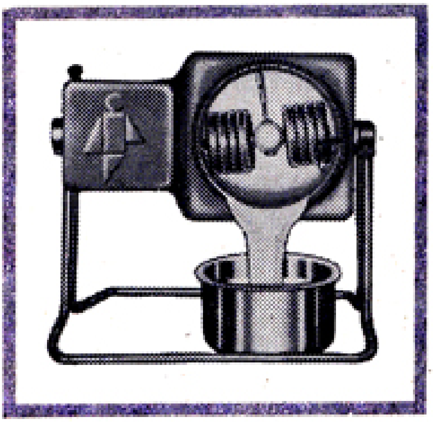
•

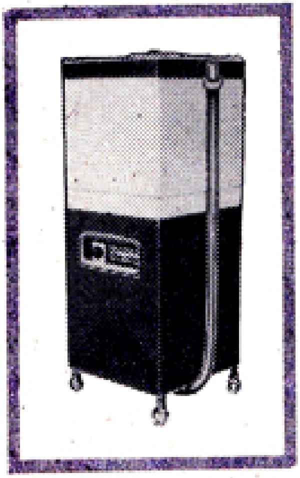
அடிக்கடி தலைவலி வருகிறதா? சூடான ஸ்ட்ராங் காப்பியில் ஒரு எலுமிச்சைப் பழத்தை பிழிந்து பாதி அளவு சாற்றை கலந்து குடித்தால் தலைவலி பறந்து விடும்.



சாந்தா

டில்ட்டிங் வெட் கிரைண்டர் மற்றும் திருப்திகரமான சலவைக்கு வாஷிங் மெஷின்





கிரைண்டரை சாய்த்து மாவை எடுக்க வசதி உள்ளது. மின் செலவு குறைவு. அதிக சுகாதாரம். உட் பாகங்களை சுத்தம் செய்ய மிக எளி தானது. துருப் பிடிக்காத (ஸ்டெயின்லஸ் ஸ்டீல்) எவர்சில்வரி லானது. அரவை செய்யும் கீழ் பகுதி யும், மேல் பகுதியும் சேர்ந்து சுழல்வ தால் தேய்மானம் இல்லை. குறைந்த எடை. சப்தமில்லாத ஓட்டம். அளவுகள்: $\frac{3}{4}$, $1\frac{1}{2}$, 2 லிட்டர். உணவகங் களுக்கு ஏற்ற வகையில் மணிக்கு 15 லிட்டர் அரைக்கும் திறன் கொண்ட இதே டைப் மாவரைக்கும் இயந் திரங்கள் ஆர்டரின் பேரில் தயாரித்துக் கொடுக்கப்படும்.

உங்கள் துணிகளை கையால் கசக்கி, பிழிந்து துவைப்பது போல் எங்கள் வாஷிங்மெஷின் வடிவமைக்கப் பட்டுள்ளது. இதன் செங்குத்தான மற்றும் சாய்வான பக்கங்கள்—அடிப் பாகத்தில் சாய்வாகப் பொருத்தப் பட்டுள்ள இம்பல்லர்—இதனால் தண்ணீர் துணிகளில் ஊடுருவி எல்லாப் பக்கங்களிலும் திரும்பத் திரும்ப மோதுவதால் துணிகள் முறுக்கேறாமல் கசக்கப்பட்டு அழுக்கு வெளியேற்றப் படுகிறது. Container உறுதியான FRP யினால் ஆனதால் மின் அதிர்ச்சி, துரு ஏறுதல் தவிர்க்கப்படுகின்றன. இந்த மெஷினின் மிகச் சிறந்த செயல் திறன் உங்களுக்கு பூரண திருப்தி அளிக்கும்.

சாந்தா இண்டஸ்ட்ரியல்ஸ்

பீளமேடு.

கோயமுத்தூர் 641 004 போன் : 32429

கிளைகள்: ● 6/4, 2nd-A கிராஸ், J.C. ரோடு, பெங்களூர்–2 போன். 228507 ● எண். 10, முனிசிபல் மார்க்கெட்டிங் பில்டிங், கொக்காலே, திருச்சூர்–1 போன்: 25429 ● "மணலியே சாம்பியா" 50, அரண்மனைக்காரன் தெரு, சென்னை–1 போன்: 20779 ● 1–43, ரகு கார்டன்ஸ், விஜயவாடா–7 போன்: 52626. ● எஸ்.வி. எண்டர்பிரைஸஸ், 384 A/28A குப்தா நிவாஸ், டெளதாஜி ரோடு, கிங்ஸ் சர்க்கிள், மாதுங்கா, பம்பாய்–19. போன்: 467503, 457224.

SASI

"எந்த வரி சேமிப்பு திட்டத்திலும் நான் வரிவிலக்கை மட்டும் எதிர்பார்ப்பதில்லை.

அதனால்தான் நான் யூனிட் இணைந்த ஆயுள் இன்சூரன்ஸ் திட்டத்தில் சேர்ந்தேன். (ULIP)

நான் ஒரு வருடத்தில் செலுத்தும் தொகை ரூ. 3000. அதற்கு வருமான வரி சட்டம் செக்ஷன் 80C பிரிவின் படி முழு வரிவிலக்கு உண்டு.

என் இலக்குத் தொகை ரூ 30,000 ஆக இருந்தால்கூட திட்டத்தின் முடிவில் எனக்கு குறைந்த பட்சம் ரூ. 50,000 கிடைக்கும்.

விதிவசத்தால் ஏதேனும் விபத்தில் நான் இன்றே இறக்க நேரிட்டால் என் குடும்பத்திற்கு ULIP ரூ 45,000 தரும். நான் செலுத்திய தொகை இதுவரை ரூ. 6000 ஆக இருந்தால் கூட! ஏன் என்றால் ULIP விபத்து மற்றும் ஆயுள் காப்பீடு இரண்டும் இணைந்த திட்டம்.

சொல்லுங்களேன்! வேறு எந்த முதலீட்டுத் திட்டம் இத்தனை நன்மைகள் அடங்கியது?

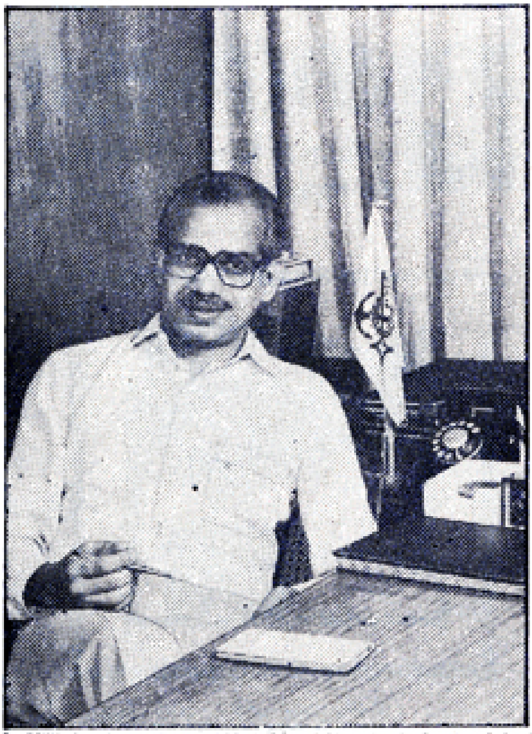
ULIPல் இன்னொரு நன்மை. ரூ. 3000 முதல் ரூ. 30,000 வரை எந்த இலக்குத் தொகையையும் நம் வசதிக்கு ஏற்றபடி தேர்ந்து எடுக்கலாம்.

என் குடும்பத்தின் நன்மை கருதி இந்த நல்ல திட்டத்தில் சேர்ந்தது எனக்கு மிகுந்த மனநிறைவை அளிக்கிறது. என் முதலீடு "யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா"வில் பாதுகாப்பாக இருக்கும் என்ற நம்பிக்கையும் கூட!

உங்கள் குடும்ப நன்மைக்கு இதைச் செய்வது மிகச் சுலபம். வாருங்கள்!

கனரா வங்கியின் கிளை மற்றும் யூனிட் டிரஸ்டின் அங்கீகாரம் பெற்ற ஏஜண்ட் அல்லது தலைமைப் பிரதிநிதியை சந்தியுங்கள்."

மேலும்!
திட்ட இறுதியில்
இலக்குத் தொகைக்கு போனஸ்!
5% பத்து வருட திட்டத்துக்கு.
7.5% பதினைந்து வருட திட்டத்துக்கு.



திரு CPKN [illegible]

யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா

(அரசு பொது உடைமை நிதி நிறுவனம்)
தலைமை அலுவலகம் — பம்பாய்-400 020.

பிராந்திய அலுவலகம்:
ரெஜினா மான்ஷன், 46, செகண்ட லேன் பீச்,
சென்னை 600 001. போன்-27433 24146

ஆந்திரப்பிரதேச அலுவலகம்:
27 11/6B, மேரி சாலை, கவர்னர்பேட்டை,
விஜயவாடா-520 002. போன்-63964

கேரளா அலுவலகம்:
XII/758, தேக்கமடம் சாலை,
திருச்சூர் 680 001. போன்-24690

தமிழ்நாட்டில் முக்கிய பிரதிநிதிகள்:

- சேலம். திரு N.K. இங்கர்சால், சேலம்-636 002 போன்-51520
- திருச்சி. திரு. M. ராமலிங்கம், திருச்சி-620 001 போன்-28280
- வட ஆற்காடு. திரு P. நாராயணன், வேலூர்-632 012 போன்-21575
- கோவை, பெரியார், நீலகிரி. திரு. A. தனபால், கோயம்புத்தூர்-641 018 போன்-34776
- மதுரை, ராமநாதபுரம். திரு M. ராமமூர்த்தி, மதுரை-625 002 போன்-அலுவலகம்-30160 வீடு 43179
- தஞ்சை. திரு K. முத்துசாமி, தஞ்சாவூர்-613 007 போன்-வீடு-1224

Sista's. UTI. 436.85 TM A

ULIP-நேசப்பிணைப்பிற்கோர் நேர்த்தியான திட்டம்.

மலச்சிக்கலா, ஒரு எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் அரை டீஸ்பூன் சோற்று உப்பு போட்டு கலக்கி விடியற்காலை சாப்பிடவேண்டும். மூன்று நாள் சாப்பிட்டால் மலச்சிக்கல் மறையும்.

•

ஸ்வெட்டர்களின் முழங்கையின் உட்பக்கம் சிறிய நைலான் துணியைத் தைத்துவிட்டால், ஸ்வெட்டர் நீண்ட நாட்கள் உழைக்கும்.

•

மோர் அதிகமாக இருந்தாலோ, ரொம்பவும் புளித்துவிட்டாலும் தூர கொட்ட வேண்டாம். சுலபமான புது வழியில் உபயோகப்படுத்தலாம்.

மீதம் உள்ள மோரை வாய் அகன்ற பாத்திரத்தில் ஊற்றி உப்பு தேவையான அளவு போட்டு நன்றாக அடுப்பில் வைத்து கெட்டியாகும்வரை (அல்வா பதம்) கிளற வேண்டும். இப்போது கெட்டியானது ஆறிய பிறகு ஒரு பாட்டிலில் போட்டு மூடி வைக்கவும்.

தேவையானபோது தேங்காய், பச்சை மிளகாய் அரைத்து எடுத்துக் கொண்டு தீய்த்து வைத்துள்ள மோர் விழுதை போட்டுக் கொண்டு மோர் குழம்பு செய்யலாம். இதேபோல அவியலும் செய்யலாம். மிகவும் ருசியாக இருக்கும். இந்த மோர் விழுது 15 நாட்கள் முதல் ஒரு மாசம்வரை கெடாமல் இருக்கும். நாம் நன்றாகத் தீய்க்கும் விதத்தில் உள்ளது.

•

சுமையான வேலைக்குப் பிறகு கீழே தரையில் படுத்துக் கால் பாதங்கள் தலையை விடச் சற்று உயரமாக இருக்கும்படி ஒரு ஸ்டூல் மீதோ அல்லது ஒன்றி





ரண்டு தலையணை கள் மீதோ அவற்றை வைத்து, அதே நிலையில் சுமார் பதினைந்து நிமிடங்கள் இருக்க வேண்டும். அப்படி ஓய்வு எடுத்துக் கொண்டால் களைப்பும், கால் அயர்ச்சியும் தீரும்.

•

கர்ப்பிணிப் பெண் பஸ்ஸில் பிரயாணம் செய்யும் போது பஸ்ஸில் குழந்தை பெற்றுவிட்டால் அந்தக் குழந்தையின் ஆயுள் காலம் முழுவதும் இலவசமாக எந்த இடத்திற்கும் பஸ்ஸில் பிரயாணம் செய்யலாம் என்ற ஒரு சட்டத்தை சீனா செயல்படுத்தியிருக்கிறது.



Milk குக்கரில் சாதம் வடிக்கலாம்

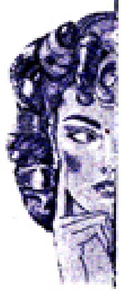
இரவில் 1 ஆழாக்கு, ½ ஆழாக்கு சாதம் வடிக்கப் பெரிய குக்கரை வைக்காமல் பால் காய்ச்சும் பொழுது Side ல் ஊற்றுகிற மாதிரி தண்ணீர் விட்டுப் பின் அரிசியையும் தேவையான அளவு தண்ணீரையும் வைத்து கேஸ் அடுப்பை Sim ல் வைத்தால் 20 நிமிடங்களில் சாதம் தயார். சாதமும் அதிக நேரத்திற்குச் சூடாக இருக்கும்.

•

எந்த மருந்தை வாங்கினாலும், அந்த மருந்தின் மீது தயாரிக்கப்பட்ட வருஷம், காலாவதியாகும் வருஷம், சரியான விலையைப் பார்த்து வாங்குங்கள்.

•

கேக் முதலியவைகளைச் செய்யும்போது தேவையான பதத்தில் இறக்காமல், சிறிது முன்பாகவே இறக்கிவிட்டால் கவலைப்பட வேண்டாம். அவை ஆறியவுடன் ஃபிரீசரில் அரைமணி நேரம்போல் வைத்து எடுத்தால் சுலபமாக வில்லைப் போட முடியும்.





வெந்நீரில் நசுக்கிய கிராம்பைப் போட்டு ஊற வைத்து இரண்டு மூன்று முறை தருவகால் கர்ப்பிணிகளின் வாந்தி நிற்கும்.

•

காரட்டில் பஜ்ஜி செய்யலாம் தெரியுமா? காரட்டைச் சற்று கனமாக வட்ட வட்டமாய் வெட்டி, பஜ்ஜி மாவில் தோய்த்துப் போடுங்கள். காரட்டின் இனிப்பும், மாவின் காரமும் சேர்ந்து பஜ்ஜி பிரமாதமாக இருக்கும் சாப்பிட!

•

ஜல தோஷம் பறந்து போக

பச்சிளம் குழந்தைகளுக்கு, ஜலதோஷம் வந்தால், விக்ஸ் முதலியன தடவ முடியாது. எனவே, முழு மஞ்சள் (நீளமான) ஒன்றை, ஒரு முனையில் கருப்பாகச் சுட்டு, சிறிது சுண்ணாம்புடன், விழுது தயாரிக்கவும். கரண்டியில், இந்த விழுதை லேசாகச் சுட வைத்து, பொறுக்கும் சூட்டில், குழந்தையின் மூக்கு, நெற்றியில் தடவினால் ஜலதோஷம் பறந்து போய் விடும். இது அனுபவத்தில் கண்டு அறிந்தது.

காந்தி கிராமம் தயாரிக்கும் தரமான வீட்டு மருந்துகள் மற்றும் டானிக்குகள்

ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் கைவசம் இருக்க வேண்டியவை

வீட்டு மருந்துகள்

ஓமவாட்டர் — அஜீரணத்தை முழுக்க குணப்படுத்துகிறது.

இஞ்சி எலுமிச்சை சிரப் – பசியைத் தூண்டுகிறது.

இஞ்சி முரபா – (ஜிஞ்சர் முரபா) (அதரக்) – ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கிறது.

பாவன ஜீரகம் – தலைச் சுற்றலை நிறுத்துகிறது. வாயு உபாதையை போக்குகிறது.

பாவன கடுக்காய் – ஜீரண அபிவிருத்திக்கும் மலச்சிக்கலைப் போக்கவும் பயன்படுகிறது.

ஆயுர்வேத பற்பொடி – தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மூலிகைகளிலிருந்து தயாரிக்கப் படுகிறது. வலிமையான பற்கள், ஆரோக்கியமான ஈறுகளைத் தருகிறது. வாய் நாற்றத்தை போக்குகிறது.

நீலி பிருங்காதி தைலம் – (கூந்தல் எண்ணெய்) - இள நரையையும் முடி உதிர்வதையும் தடுக்கிறது.



ஆரோக்கிய டானிக்குகள்

குல்கந்து – சிறந்த மலமிளக்கி. புதிய ரோஜாப் பூக்கள், சர்க்கரை, தேன் ஆகியவை கலந்து கொண்டு தயாரிக்கப் படுகிறது. கர்ப்பிணிகளுக்குச் சிறந்தது.

அஸ்வகந்தா லேகியம் – இரத்த சோகையைத் தடுக்கிறது. ரத்தத்தை சுத்தி செய்கிறது. உடலைத் தேற்றுகிறது.

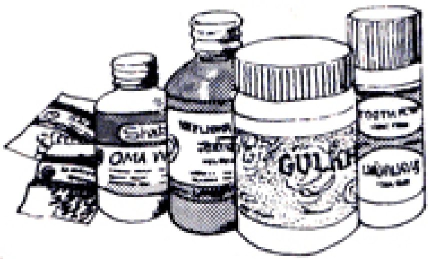
சௌபாக்கிய சுண்டி – சிறந்த ஜீரண மருந்து. பிரசவத்திற்குப் பின் பயன்படுத்த மிக சிறந்தது.

கருணை லேகியம் – மூலத்தை தடுக்கிறது.

தேத்தாங் கொட்டை லேகியம் – நோயால் பாதிக்கப் பட்டவர்கள் உடல் தேற சிறந்த டானிக்.

ரோஜாமொக்கு லேகியம் – இரைப்பை புண்ணை ஆற்றுகிறது.

கூஷ்மாண்ட லேகியம் – பசியைத் தூண்டி ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கிறது பிரைமரி காம்ப்ளெக்ஸ் நோயைப் போக்கவும் பயன்படுகிறது.



> ஊட்டச் சத்து நிறைந்த புதிய சக்தி மால்ட் 4 வாசனைகளில் கிடைக்கிறது.
> சமையல் பொடிகளும் தயார் செய்யப்படுகின்றன.

காந்தி கிராமம் காந்தியின் லட்சியங்களின் வழியில் இயங்கி வருகிறது.

LSS

லெட்சுமி சேவா சங்கம்
காந்தி கிராமம் 624 302
மதுரை மாவட்டம் (தமிழ்நாடு)

கிடைக்குமிடம் : காந்தி கிராம அங்காடிகள் (ஷோரூம்)
(காந்தி கிராமம், மதுரை, திண்டுக்கல், வாடிப்பட்டி, கொடை ரோடு, பழனி, திருநெல்வேலி, பள்ளப்பட்டி, அம்பாசமுத்திரம்) காதி கிராமோதயோக பவன்கள், சர்வோதய சங்கங்கள், எல்லா (டிரக்கிஸ்ட் & கெமிஸ்ட்) பிரபல மருந்து கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

இவைகளைத் தவிர சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகள் 250க்கும் மேற்பட்டவைகள் தயாராகிறது.

maa(s) 8325 TAM

எலுமிச்சம் பழங்களை பாலிதீன் பைகளில் போட்டு மடித்துச் சுத்தமான மணலில் பதித்து வைத்தால் ஒரு மாதம் வரை கெடாமல் இருக்கும். தினமும் மணல் மீது சற்றுத் தண்ணீர்த் தெளித்துக் கொண்டு வரவேண்டும். ஒரு மாதம் கழித்து எடுத்தாலும், பழம் அன்று பறித்த புதிய பழங்களைப் போல் இருக்கும்.

•

சுத்தமான தண்ணீரே உலகின் முதன்மையான மருந்து.

•

புகை அதிகம் பிடிப்பதனுல் சிறுநீர் வெளியேற்றத்திற்குத் தடையேற்படுகிறது.

•

புடலங்காயை அரை அடி நீளத்திற்கு வெட்டி எடுத்து — அதன் உள்ளே உள்ள விதைகளை நீக்கிவிட்டு, சீயக்காய்த் தூளைத் தண்ணீர் விட்டு நன்றுகக் குழைத்து அந்தப் புடலங்காயின் உள்பக்கத்தில் நன்றுக அடைத்து ஒருநாள் முழுவதும் வெயிலில் காய வைக்க வேண்டும்! இவ்வாறு காய்ந்த பின் அதை அம்மியில் வைத்து அரைத்து, "தேமல்" உள்ள இடங்களில் தடவிப் பிறகு 1 மணி நேரம் சென்ற பிறகு வெந்நீரில் குளித்தால் "தேமல்" நீங்கும்!

•

கல்யாணத்துக்குப் போக முடியாதவர்கள், "வாழ்த்துத் தந்தி' அனுப்பி விடுகிருர்கள். இதைத் தவிர்த்து, மணியார்டர் மூலம் பெண்ணிற்கு, பணம் அனுப்பிவைத்தால், அவர்கள் கைச்செலவிற்கு இதுவும் உதவியாக இருக்குமே?



•

துவரம் பருப்பு தோசை

உளுத்தம் பருப்பு சேர்க்காமல், பச்சரிசி 1 ஆழாக்கு, புழுங்கல் அரிசி 1 ஆழாக்கு, வெந்தயம் 2 ஸ்பூன், துவரம் பருப்பு 2 ஸ்பூன் சேர்த்து ஊற வைக்கவும். இதை முதல் நாள் இரவு ஊற வைத்து பின் காலையில் அரைத்து வார்த்தால் நன்றுக இருக்கும். தோசைக் கல்லில் மாவு ஊற்றித் தட்டு வைத்து மூடி திருப்பாமலேயே எடுத்துவிடலாம். அதிக எண்ணெய் செலவும் ஆகாது. தக்காளி தொக்கு தொட்டுக் கொள்ள நன்றுக இருக்கும்.







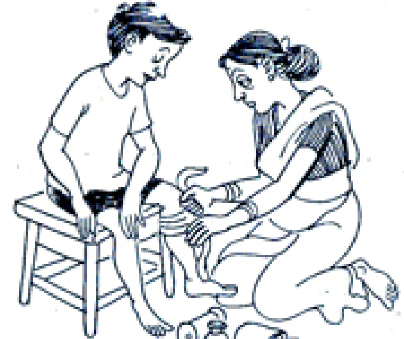
பலத்த காற்று அடிக்கும் இடத்தில் ரங்கோலி கோலம் நீண்ட நேரம் அழியாமல் இருக்க ஒரு வழி. மைதா மாவைப் பசை போல நீர்க்கக் காய்ச்சிக் கொள்ளவும். இந்த நீர்த்த கரைசலை மிக லேசாகத் தடவி விட்டுக் கோலம் போட்டால் வெகுநேரம் அழிவதில்லை.

•

வெண்டை விதையை நன்கு காய வைத்து, வறுத்துப் பொடி செய்து காப்பி தயாரிக்கலாம். சாதாரண காப்பியில் உள்ள நச்சுப் பொருள் இல்லாத காப்பி வேண்டுவோர் இதனைக் குடிக்கலாம். அதுமட்டுமல்லாமல், இதனைக் காப்பித் தூளுடன் கலந்தும் காப்பி தயாரிக்கலாம். சிறிதளவும் வித்தியாசம் கண்டு பிடிக்க முடியாது.

•

முற்றிய முருங்கைக் காய்களைத் தூக்கி எறிந்து விடாதீர்கள். அவற்றின் விதைகளின் உள்ளே இருக்கும் பருப்புக்களை வறுத்து உண்டால் நிலக்கடலையைப் போன்ற ருசி இருப்பதுடன், உடலுக்குப் போஷாக்கையும், வலுவையும் கொடுக்கும். இன்றும் மேற்கிந்தியத் தீவு மக்கள் இதன் பருப்புக்களை வறுத்தெடுத்து உண்ணத் தவறுவதில்லை.





•

குழந்தைகளுக்குக் குளிர் காலத்தில் ஜலதோஷம், இருமல் போன்ற தொல்லைகளிலிருந்து நிவாரணம் தர இதோ:

கடுகு எண்ணெயை சிறிது சுட வைத்து உரித்த பூண்டு, சோம்பு இரண்டும் சேர்த்துக் குழந்தைகளுக்கு உள்ளங்கால், முதுகு, மார்புப் பகுதிகளில் தேய்த்தால், குழந்தைகள் இரவில் நன்கு தூங்குவார்கள். சிறு குழந்தைகளுக்கும் இம்மாதிரி செய்தால் தொல்லை இல்லை.

•

ஐயோடின் சத்து நமது உடலில் போதிய அளவு இல்லாவிட்டால் கட்டி உண்டாகிறது.

•

கடலை மாவுடன் புளித்த தயிரைச் சேர்த்து, அக் குழம்பைத் தலையில் தேய்த்துக் குளித்தால், எவ்வளவு பிசுக்காயிருந்தாலும், தலை அழுக்கு நீங்கும்.

வீட்டில் 0 வாட் விளக்கு நைட் லேம்பாய் எரிகிறது. கண்ணைக் குத்துகிறது இந்த வெளிச்சம். கலர், நைட் லேம்பாய் மாற்ற எளிய வழி. இருமல் மருந்துகள் டானிக்குகளுக்குக் கொடுக்கும் பச்சை, சிவப்பு, ஆரஞ்சு, நீல வண்ண, சிறிய கப்களை, பல்பின் மீது கவிழ்க்கவும். விரும்பும் நிறத்தில் இரவு விளக்கு எரிய விட்டு ஆனந்திக்கலாம்.

•

வீட்டுத் தோட்டத்தில் உள்ள எலுமிச்சை மரத்தில் பிஞ்சுகள் எல்லாம் உதிர்ந்து விடுகிறது! இதற்கு என்ன செய்வது? என்று பலர் கவலைப்படுகிறார்கள். இந்தப் பிஞ்சுக் காய்கள் உதிர்வதைத் தடுக்க 20 பி. பி. எம். அடர்வு திறன் உள்ள 2, 4, 5 — டி (20 மி. கி./ லிட்டர் நீர்) என்னும் அளவில் வளர்ச்சி ஊக்கியைத் தெளிக்க வேண்டும். இந்த மருந்து உரக் கடையில் கிடைக்கும். இதனைத் தெளிக்கும்பொழுது, இந்த மருந்தைச் சுத்தமான நீரில் கலந்து தெளிக்க வேண்டும்.

•

குளிர்சாதனப் பெட்டியைச் சுத்தம் செய்த பின் ஒரு ஈரத் துணியில் சொட்டு வெனிலா எஸென்ஸ் விட்டு உள்புறம் முழுவதும் துடைத்தால் பிரிட்ஜில் பழைய வாசனை வராமல் இருக்கும்.

•

பார்ட்டி எதற்காவது பஸ்ஸிலாவது, காரிலாவது வெகுதூரம் சென்று பங்கேற்கும்படியாக இருந்தால் தலை கலையாமல் இருக்க எளிய வழி. கொஞ்சம் போல விளக்கெண்ணெயைத் தொட்டு உள்ளங்கைகளில் தேய்த்துக் கொண்டு தலையை அழுத்திவிட்டுவிட்டால் வெகுநேரம் கலையாது.



ஏலக்காய்ப் பொடி செய்யும் பொழுது, மேல் தோலுடனே இரண்டு ஸ்பூன் நெய் விட்டு ஏலக்காயை லேசான பொன்னிறமாக வறுத்து சூட்டுடன் அம்மியில் (தோலுடனே) நன்றாகப் பொடி செய்து கொண்டால் நன்றாக இருக்கும்.

ரூ. 500 மட்டுமே கட்டுங்கள்

PREETT

HEAVY DUTY MIXER GRINDER
450 Watts 30 mins.



வட்டி இல்லாத தவணை முறை

ரூ. 100 வீதம் 6 மாதத் தவணை

கம்பெனி நிர்ணயித்த விலை ரூ. 1,100

2 வருட உத்திரவாதம்
ஆயுள் கால இலவச சர்வீஸ்

சுந்தர் ஸ்டோர்ஸ்,
68, உஸ்மான் சாலை, தி.நகர், சென்னை 17.Tel.: 443834
ராதிகா & கோ.,
288 6, திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலை, சென்னை -21.
ஸ்ரீ பார் பதி வீடைமுறன்ஸ்
127, பீட்டர்ஸ் லேன், பீட்டர்ஸ் ரோடு சந்திப்பு, Tel.: 475658.
90, பீட்டர்ஸ் ரோடு, புதுக் கல்லூரி ஷாப்பிங் காம்ப்ளெக்ஸ்.
226, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை.
10,1 மெயின் ரோடு, ... நகர், அடையார் பஸ் ஸ்டாப் எதிரில்.
பல்லவா & கோ.,
247, திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலை, சென்னை-21.Tel.: 554185.
ஸ்ரீ மதுரை மீனாக்ஷி & கோ.,
251/1, திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலை, சென்னை -21.
ராதா எலெக்ட்ரானிக்ஸ்
160, நெல்சன் மாணிக்கம் சாலை, சூளை மேடு,
சென்னை-94, Tel.: 424929.
மீனாட்சி வெஸ்ஸல்ஸ் மார்ட், சிதம்பரம். Tel.: 2625
ஆனந்தகுமார் T.V. சென்டர், கடலூர் N.T.
கோஸாகா காஸ் சர்வீஸ், மெயின் பஜார்,
நெய்வேலி. Tel.: 3001.
ராஜன் கார்ப்பரேஷன், பாலக்கரை, திருச்சி-8. Tel.: 24893.
ஸ்ரீ சத்யா ஏஜென்ஸீஸ், தெப்பகுளம், திருச்சி-2, Tel.: 29260.
டி.ஜி.எஸ். ஏஜென்ஸீஸ், தஞ்சாவூர், Tel.: 1406
எ. வெங்கட்ராமன், மயிலாடுதுறை. Tel.: 2753.
எ.எம். சோமசுந்தரம் செட்டி & பிரதர்ஸ்
காரைக்கால். Tel.: 305.
மெட்ரோ பர்னிச்சர் மார்ட், நாகப்பட்டினம், Tel.: 741.
ஷண்முகநாதன் ஸ்டோர்ஸ், புதுக்கோட்டை.
Tel.: 2716.

ஸ்ரீ அழகர் என்டர்பிரைஸஸ் (ஸ்ரீ செந்தில் ஏஜென்ஸீஸ்) மதுரை, Tel.: 33652.
ராஜன் கார்ப்பரேஷன், மதுரை, Tel.: 34645 pp.
கிருஷ்ணா என்டர்பிரைஸஸ், பி.எம்.எச். காம்பௌண்ட், மதுரை, Tel.: 22996.
ஜெயலக்ஷ்மி ஸ்டோர்ஸ் ராஜபாளையம்,
Tel.: 2725.
என்.ஆர். வேலாயுதராஜா, ராஜபாளையம்,
Tel.: 2680.
பாரத் டிரேடர்ஸ், திண்டுக்கல், Tel.: 4822.
கே.கே. முத்தையா நாடார் & சன்ஸ்.,
ராமநாதபுரம், Tel.: 396.
தேவதாஸ் ஃபேமிலி எஸ்ட். கார்ப்பரேஷன்
திருநெல்வேலி, Tel.: 4209.
ஸ்ரீ கணேஷ் ஸ்டோர்ஸ், வடக்கு பஜார்,
பாளையங்கோட்டை, Tel.: 5706.
வி.வி.ஆர். மெட்டல் கம்பெனி, சேலம்,
Tel.: 63580 p.p.
ராஜன் கார்ப்பரேஷன் (சுந்தரம் ஆஸ்பத்திரி அருகில்) சேலம், Tel.: 62623.
ஜெம் ஏஜென்ஸீஸ், அத்து ரோடு, சேலம்.
காமதேனு ஏஜென்ஸீஸ், தர்மபுரி, Tel.: 244.
கே. பாலகுருவ செட்டியார் சன்ஸ் & கோ.,
ஈரோடு, Tel.: 74189.
அபிராமி ஸ்டோர்ஸ், போஸ் பஜார், ஓசூர்.
ஹோம் நீட்ஸ் கொலபேட், வேலூர்.
தனலக்ஷ்மி என்டர்பிரைஸஸ்,
திருவண்ணாமலை, Tel.: 2313 p.p.
டி.பி. நாகராஜ செட்டி, திருப்பத்தூர்.
டி.பி.ஜெ. ஏஜென்ஸீஸ், திருப்பத்தூர், Tel.: 440.

ஏதோ ஒரு மிக்ஸி அல்ல — இது ஒரு ttk தயாரிப்பு



குழந்தைகளுக்கான

அமுல்ஸ்ப்ரே

பாலுணவு இப்போது நருவிசான புதிய டிசைனிலே வருகிறது*

ஸ்ப்ரே-ட்ரை செய்முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்டு, வைட்டமின்களும் இரும்புச் சத்தும் சேர்த்து வளமூட்டப்பட்ட அமுல்ஸ்ப்ரே, இந்தியாவில் எங்குமுள்ள தாய்மார்களால் மிகவும் விரும்பப்படும் குழந்தைப் பாலுணவு—உங்கள் குழந்தைக்கு அமுல்ஸ்ப்ரே துவங்கு முன்பாக உங்கள் டாக்டரிடமோ அல்லது ஆரோக்கிய நலம் காக்கும் ஊழியரிடமோ ஆலோசனை கேட்டுப் பெறுங்கள். மறவாதீர்கள், உங்கள் பாப்பாவின் உடல் நலம் கெடாதிருக்க, டின் மீதுள்ள வழிமுறைக் குறிப்புகளைக் கவனமாகப் பின்பற்றுங்கள்.



அமுல்ஸ்ப்ரே

குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் தான் சிறந்தது.

* அரசாங்க விதிமுறைகளின்படி, டின் மீதிருந்து பாப்பாவின் படம் அகற்றப்பட்டு, வழிமுறைக் குறிப்புகளில் இதர மாற்றங்களும் செய்யப்பட்டுள்ளன.

குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்கெட்டிங் ஃபெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத் மாநிலம்.

OPERATION FLOOD

ASP/AS-8F/85 Tam

வாழைப்பூவை நேராகப் பாதி வெட்டி நன்றாய் இடித்து, சாறு வடிக்கட்டி எடுத்து, பனங்கற்கண்டு போட்டும் குடிக்கலாம்.

•

தரையில் எண்ணெய் விழுந்து பிசுக்காகி இருக்கிறதா? அந்த இடத்தில் கோதுமை மாவைச் சலித்த தவிடு இருந்தால் தூவி அழுத்தித் தேய்த்துக் கோதுமைத் தவிட்டைப் பெருக்கி எடுங்கள். தரை சுத்தமாக ஆகிவிடும். சில சொட்டுகள் எண்ணெய் சிந்தியிருந்தால் கோதுமை மாவையும் உபயோகிக்கலாம்.

•

பார்சலைக் கட்டும்போது நூலையோ, கயிற்றையோ தண்ணீரில்நனைத்தபின் கட்டினால்,அது காய்ந்தவுடன் சுருங்கிக் கட்டு இறுக்கமாக இருக்கும்.

•

குக்கரின் ரப்பர் வளையம் தளர்ந்து போனால், கவலையே வேண்டாம். ரிப்ரிஜிரேட்டரின் உள்ளே குளிர் அறையில் இரண்டு நாட்கள் போட்டு வைக்கவும். பிறகு அது கெட்டியாகி இறுகிவிடும்.







வறண்ட சருமத்தை உடையவர்கள் செலவில்லாமல் வைட்டமின் A — வும், C — யும் பெற நெல்லிக்காய், நிலக்கடலை, எலுமிச்சம்பழம் இவற்றுடன் உதிர்ந்த எட்வர்ட் ரோஜாக்களின் இதழ்களைச் சாப்பிடுவது நல்லது.

•

ஐம்பத்தைந்து வயதுக்குப் பிறகு அதிகம் கொழுப்புச் சத்தைக் கொடுக்கும் உணவைச் சாப்பிட வேண்டாம். போதுமான அளவு வைட்டமின்கள் கிடைக்கக் காய்கறிகள், பழங்கள் சாப்பிட வேண்டும். இவ்வயதில் உழைப்பு முன்பைவிடக் குறைந்து இருக்கும். ஆகவே உணவு அளவைக் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நாளொன்றுக்கு எட்டு டம்ளர் தண்ணீர் அருந்த வேண்டும். இப்படிச் செய்தால் வயதானோர் நீண்ட நாள் வாழ வழி கிடைக்கும்.

•

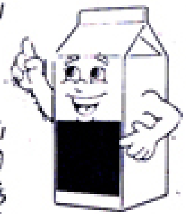
சீதபேதியை நிறுத்த...

ஒரு டம்ளர் கறந்த எருமைப்பாலில் ஒரு எலுமிச்சைப் பழத்தைப் பிழிந்தால், அவை தயிர் போல் திரியாகக் கெட்டியாக இருக்கும். அவற்றை உடனே சீதபேதி உள்ளவர்களுக்குக் கொடுத்தால் சீதபேதி உடனே நிற்கும். இரண்டு வேளை(அ) மூன்று வேளை கொடுத்தால் சீதபேதி சுத்தமாக நின்றுவிடும்.

•

நகச்சுத்திக்கு, பால் ஆடையையும், சுண்ணும்பையும் நன்ருகக் குழைத்துப் போட்டால் சீக்கிரம் பழுத்து உடைந்து சீழ் வந்துவிடும்.

•



வழக்கமாகவே கீரைத் தண்டு கூட்டு, கீரைப் பொறியல் ஆகியவை செய்யும் போது மணத்தக்காளி இலை மற்றும் முருங்கை இலை ஆகியவைகளையும் சேர்த்துச் செய்தால் சுவையாகவும் சத்தானதாகவும் இருக்கும். இதனைத் தென் மாவட்டங்களில் "மருந்துக் கீரை" என்று அழைப்பார்கள். வீட்டில் முருங்கை மரம் மற்றும் மணத்தக்காளிச் செடிகள் வளர்த்து வந்தால் சுலபமாக இதைச் செய்யலாமே!





குழந்தை குட்டிகளுடன் பஸ் பயணம் செய்யும் பொழுதோ; திரைப்படம் பார்க்கும் பொழுதோ கூடவே ஒரு பாட்டிலில் தண்ணீரும் எடுத்துச் செல்லுங்கள். நேரம் தெரியாத வேளையில் இன்னதென்று சொல்லாமலே அழும் குழந்தையைக் கொஞ்சம் தண்ணீர் அருந்தச் செய்யுங்கள். ஆச்சரியப்படும் வகையில் அழுகை நிற்கும்.

•

தக்காளியை உபயோகப்படுத்தும் பொழுது முடிந்தவரை ஜூஸ் பிழிந்து விதையை அகற்றியே உபயோகப்படுத்துவது நல்லது. ஏனென்ருல் தக்காளி விதை ஆண்களின் சிறுநீர் அடைப்புக்கு ஒரு காரணமாக இருக்கிறது என்று இப்பொழுது கண்டுபிடித்திருக்கிருர்கள்.

•

மாத விலக்கின் போது ரத்தப் போக்கு அதிகமாய்ப் போனுல் அதற்குச் சாதம் வடித்த கஞ்சியை அரை டம்ளர் எடுத்து மோர் விட்டுச் சாப்பிட்டால் நின்றுவிடும்.

காஞ்சியின் அழைப்பு!



புண்ணிய நகரம்...
விண்ணுயர் கோபுரங்கள்...
புராதனச் சிற்பங்கள்...
தவமுனிவோரின்
புநித சாந்நித்யம்...
சர்வக்ஞபீடம்...
அருள் பாலிக்கும்
அன்னை காமாட்சி...
கச்சி ஏகம்பன்...
அத்திகிரி அருளாளர்...
பாரம்பரியப்
பட்டுப் புடவைகள்...

காஞ்சி யாத்ரீகர்கள், உல்லாசப் பயணிகள், கலை அன்பர்கள் அனைவரையும் ஒருங்கே கவருவதில் வியப்பில்லை!

ஸ்ரீ ராமா லாட்ஜ்

(போர்டிங் & லாட்ஜிங்)

பஸ் நிலையம் அருகில் போன்: 2395 & 3195

ஏர்கண்டிஷண்ட் அறைகள் மற்றும் உணவுக்கூடம்

காஞ்சியின் ஒரே நவீன ஓட்டல்!

தற்பொழுது மேலும் விரிவாக்கப்பட்டுள்ளது

எண்ணெய் வழியும் சருமமா?

உபயோகியுங்கள்
நீமல்
PUMA
ப்யூமா
நீம் ஃபேஸ் பேக்

எண்ணெய் வழிதலைக் குறைத்து கொப்புளங்களையும், கட்டிகளையும் மற்றும் இதர சருமத் தொல்லைகளையும் எதிர்க்கிறது.

இப்பொழுது சிக்கனமான பேக்கில் கிடைக்கிறது.

ரூ. 1.50 க்கு வீட்டு ஃபேஷியல் ஒன்று வாங்கி வாருங்கள்.

பருக்களா?

உபயோகியுங்கள்
பிம்ப்ளெக்ஸ்
PUMA
ப்யூமா
ஆண்ட்டி—பிம்ப்பிள்
ஹெர்பல் பவுடர்.

பல நூற்றாண்டுகளாக உபயோகித்துப் பரிசோதிக்கப்பட்ட தொன்று பருக்களைக் காயவைத்து குணப்படுத்த உதவுகிறது.

இப்பொழுது சிக்கனமான பேக்கில் கிடைக்கிறது.

பருக்களும் ப்ளாக் ஹெட்களும் காய்ந்து, விட்டுச் செல்லும் தழும்புகளுக்கும் கரும் புள்ளிகளுக்கும் உபயோகியுங்கள்—ஜிராகா ஸ்பாட் 'என்' க்ளோ—ப்யூமா ஹெர்பல் ரெமிடி ஃபார் ஃபேஷியல் ப்ளெமிஷஸ்.

குறித்த விலையில் 5 % தள்ளுபடி உண்டு சென்னையில் மட்டுமே.

ப்யூமா ஆயுர்வேதிக்
ஹெர்பல் ட்ரீட்மெண்ட்ஸ்

ப்யூமா ஹெர்பல் காஸ்மெட்டிக்ஸ் ப்ரைவேட் லிமிடெட், கிங்ஸ்வே, நாக்பூர் 440 001.

தமிழ்நாட்டு விநியோகஸ்தர்கள்: எமிசி அஸோஸியேட்ஸ் 72, கங்காதீஸ்வரர் கோவில் தெரு, புரசவாக்கம், சென்னை.

RADIUS/PHC/16-85

இரும்பு சாமான்கள், ஸ்குரூ டிரைவர், கத்தரி போன்ற சிறிய கருவிகள், ஆணிகள் வைத்திருக்கும் டூல் பாக்சில் ஒரு பெரிய கற்பூர வில்லையைப் போட்டு வையுங்கள். கருவிகள் துருப்பிடிக்காது.

•

பிளாஸ்டிக் சாமான்களை உப்பு நீரால் கழுவினால் வாடை வராது.

•

மழை நீரில் பருப்பு வகைகளை வேக வையுங்கள். ஒரு கொதியில் வெந்து விடும்.

•

உங்கள் வீட்டில் வெட்டி எறியும் ரோஜாக் கிளையில் சற்றுப் பருமனானதாகவும் சிறு கிளைகள் நிறைய உள்ளதுமாக எடுத்து அதன் ஒவ்வொரு முள்ளிலும் கலர் கலர் பாசி மணிகளை மாட்டி, வரவேற்பறையில் வைத்தால் இன்னும் பொருத்தமாக இருக்கும்.

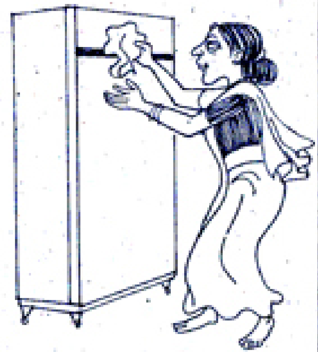
வீட்டு வரவேற்பு அறை சுவரின் கலர் நிறத்திலேயே ஒரே கலரான மணியாகவும் மாட்டலாம்.

•

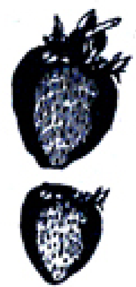
ஏழைக்கேற்ற எள்ளுருண்டை

காய் கனிகள் மலிவாகக் கிடைக்கும்போது நிறைய வாங்கி ஸ்டாக் வைத்துக் கொள்ள யார்தான் விரும்ப மாட்டார்கள்? ஆனால் வைத்துப் பாதுகாக்க ஒரு 'ஃபிரிட்ஜ்' இல்லையே என்ற கவலை வேண்டாம்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டுவதெல்லாம் ஒரு தலையணை உறை அளவில் ஒரு பாலிதீன் பை (ட்ரேன்ஸ்பேரண்ட்) வாங்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டியது







தான். அதில் பாதி அளவுக்கு மேற்படாமல் காய் கனிகளைப் போட்டு, பையின் விளிம்பை ஒரு கயிற்றினால் மேல்புறம் காற்றுப் புகாமல் கட்டிவிடவும்.

பிறகு ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் பையை அவிழ்த்துப் பண்டங்களைக் கீழே கொட்டிப் பையின் உள் பாகத்தை வெளிப்பாகமாக மாற்றி ஈரத்தைத் துடைத்து விடவும். மறுபடியும் காய் கனிகளைப் பையில் போட்டு முன் மாதிரியே கட்டிவிடவும். இதேபோல் தவறாமல் தினமும் செய்து வர, வாரம் தவறாமல் தினமும் செய்து வர, வாரம் முழுக்கக் காய்கள் பசுமையாக இருக்கும்.

•

உங்கள் குழந்தை உங்களுக்கே கட்டுப்படாமல் அடங்காப் பிடாரியாக இருக்கிறதா? குழந்தைக்கு



இனிப்புக் கொடுப்பதை உடனே நிறுத்துங்கள். படிப் படியாகக் குழந்தை சாத்வீகமாக மாறிவிடும் என்று 'மிர்ரரில்' கூறப்பட்டுள்ளது.

•

மண்ணெண்ணெய், விபூதி இரண்டையும் பித்தளை விளக்கில் நன்கு தேய்க்க வேண்டும். ஒரு வெள்ளைத் துணியை வைத்து நன்ருகத் துடைத்துவிட வேண்டும். வாரம் ஒருமுறை இப்படிச் செய்தால் சுவாமி விளக்குகள் எப்போதும் புதியதாக இருக்கும். தண்ணீரைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

•

பிண்டரி, சண்டகி, யோசனைவல்லி, சரசுவதி ஆடை இவையெல்லாம் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? வல்லாரை என்ற கீரையின் பெயர்கள்தான் இவை. (டாக்டர் ஹண்டர்) என்பவர் இக்கீரை குஷ்ட நோயை நீக்கவல்லது என்று 1885 ஆம் ஆண்டிலேயே ஆராய்ச்சிகள் செய்து கண்டுபிடித்துள்ளார். இதிலிருந்து



''ஆஸீயாடிக் கோசைடு'' என்ற பொருள் குஷ்டத்திற்குப் பயன்படுகிறது.

•

கோலத்திற்கு செம்மண் காவி இட தேங்காயின் குடுமியை எடுத்துக்கொண்டு அதில் கூரான முனையைக் காவியில் தொட்டுக் கோலத்தை இடலாம். இதனுல் காவியும் அழகாக இருக்கும். நம் கையிலும் ஒட்டிக் கொள்ளாது.

•

பேரீச்சம் பழத்தின் கொட்டையை வறுத்து — பொடியாக்கி... காப்பித் தூளிற்குப் பதில் இதைப் பயன்படுத்திளுல், காப்பியை விட இந்த பானம் அதிக சுவையாய் இருக்கும்! அரபு நாடுகளில் பெரும்பாலும் இந்த பானத்தையே விரும்பி அருந்துகிருர்கள்!

•

ஒரு ஆழாக்கு பச்சரிசி, ஒரு ஆழாக்கு புழுங்கல் அரிசி, இரண்டு தேக்கரண்டி வெந்தயம் இவற்றை ஊற வைத்து அரைத்து தோசை வார்த்தால் சுவையாக இருக்கும். வயிற்றுக்கும் நல்லது. உஷ்ணம் குறையும். தோசை மிருதுவாக இருக்கும்.

•

இரவில் ரசத்தின் அடிவண்டல் மீதியாகிவிட்டால் மறுநாள் காலையில் அதை வீணுக்காமல், ஒரு வாணலியில் இரண்டு தக்காளி, இரண்டு பச்சை மிளகாய், இரண்டு வெங்காயம் நறுக்கிப் போட்டு, ஒரு ஸ்பூன் எண்ணெ விட்டு வதக்கி, பருப்பு ரசவண்டலே அதில் விட்டு ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கித் தாளிக்கவும். இது இட்லி, தோசை டிபனுக்கு தொட்டுக் கொள்ள மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.



நெய் காய்ச்சிய பிறகு இருக்கும் கசண்டை ருசியாக பர்பியாகத் தயாரிக்கலாம். ஒரு கோப்பை பால், அரைக் கோப்பைத் தேங்காய்த் துருவல், ருசிக்குத் தேவையான சர்க்கரை இவற்றை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். வாணலியில் போட்டு நன்ருகப் பதப்படும்வரை கலக்கிக் கொண்டே இருங்கள். பாகு இறுகிப் பக்குவமானதும் சட்டியின் பக்கங்களிலிருந்து விடுபடும். அதைத் தட்டில் போட்டு ஆறியதும் அழகான வில்லைகளாக நறுக்கி எடுத்துப் பரிமாறுங்கள்.

•

ஒரு சிறிய சதுரமான பேப்பரில் உமியோ அல்லது தவிடோ சிறிதளவு எடுத்து வைத்துக் கொண்டு அதன் மீது ஐந்தாறு துளிகள் மண்ணெண்ணெய் விட்டுக் கரியடுப்பு வாயில் வைத்துப் பற்ற வையுங்கள். நின்று நிதானமாக எரியும். அடுப்பும் விரைவில் தீப்பிடித்து விடும். விசிற வேண்டிய அவசியமும் இல்லை.

•

பாகற்காயை அப்படியே பச்சையாக வதக்காமல், நீர் விட்டு வேக வைத்து வடிகட்டிய பிறகு வாணலியில் போட்டு வதக்குங்கள். துளி கசப்பு இருக்காது! நாலு ஸ்பூன் எண்ணெயிலேயே காய் ''முறுமுறு'' வென்று ஆகும். எண்ணெய் செலவு மிச்சம்.

•



இருமல் மிக அதிகமாக இருக்கும்போது துளசியைக் கொஞ்சம் வாயில் வைத்து மென்று அதன் சாற்றை மட்டும் இறக்கினுல் தொண்டைக்கு மிகவும் இதமாக இருக்கும். இருமலும் குறையும்.

•

வெந்தயக் குழம்பும், பாகற்காய் பிட்லையும் மணமாகவும் சுவையாகவும் இருக்க, இரண்டு மூன்று உளுந்து அப்பளங்களைப் பொறித்து, நொறுக்கி அதில் போட்டு இறக்கி வையுங்கள். வாசனை ஊரைக் கூட்டும்.

•

குங்குமம் இட்டுக் கொள்ளும் இடத்தில் அரிப்பு வந்து புண்ணுகி தழும்பு போல சிலருக்கு இருக்கும். இதற்கு சங்குப் பூச் செடியின் வேரை (கிழங்கு போலிருக்கும்) எடுத்து துளி மஞ்சளோடு சேர்த்து நன்ருக ஒட்டி அரைத்து நெற்றியில் தடவி வந்தால் தழும்பு மாறி நெற்றி நன்ருக பழையபடியாகும்!



புளியை ஊற வைத்து கரைக்கும் தொல்லை இனி இல்லை



ரங்கா புளிப்பவுடர்

சமையலை எளிதாக்குகிறது

- சேமித்து வைக்க சுலபமானது
- கறையும் பிசுபிசுப்பும் இல்லை
- முதல் தரமானது • ஆரோக்கியமானது
- நேரத்தை மிச்சப்படுத்துகிறது
- சமையலில் சேர்க்க சுலபமானது

எல்லா பெரிய நகரங்களிலும், முக்கியமான கடைகளிலும், சூப்பர் மார்க்கெட்டுகளிலும் இப்பொழுது விற்பனையாகிறது

தயாரிப்பாளர்கள்:

ஸ்ரீ ரங்கா புட்ஸ்

208, திவான் பகதூர் ரோடு

ஆர்.எஸ். புரம் • கோயமுத்தூர்-641 002

தந்தி: 'பேவரிட்' • போன்: 23344

FOR SUPER SOFT
& SUPERB TASTE
"RANGA"
JAMOON MIX

OSR

வியாபார விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன

லக்ஷ்மி



மாவரைக்கும் இயந்திரங்கள்

No.1 for the past 23 years

ஸ்ரீ லக்ஷ்மி இண்டஸ்ட்ரீஸ்

56, தேவாங்க ஹைஸ்கூல் ரோடு

கோயமுத்தூர் 641002 போன் 31639

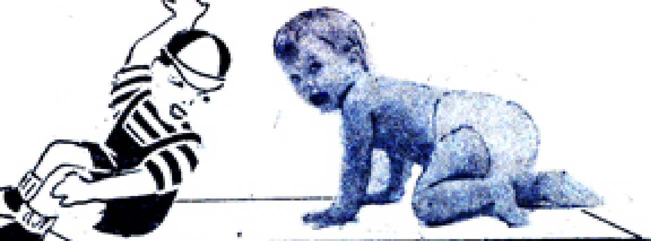
Blackbelt

Priya PANTIES

UNANIMOUS CHOICE OF LADIES



Quality Products of Aristocrat Hosiery Pvt. Ltd.
Post Box No. 3359, Bombay-400 003. Tel: 321861 • 330251







அபார்ஷன் ஆபத்தானதா?



நான் டாக்டர் யசோதாவின் அறையை அடைந்தபோது அவர் யாரிடமோ கோபமாகப் பேசுவது கேட்டது. சிறிது நேரம் கழித்து உள்ளே எட்டிப் பார்த்தேன். இன்னும் கோபம் மிருத முகத்துடனேயே அமர்ந்திருந்தார். என்னைக் கண்டதும், "வாங்க, என்ன சமாசாரம்?" என்றார். "பிறகு வருகிறேனே, ரொம்பக் கோவமாக இருக் கிங்க போலிருக்கே?" என்றேன். அவ்வளவுதான் படபடவென்று பேச ஆரம்பித்துவிட்டார். "பின்னே என்னங்க? இப்போ வந்து போன பெண்ணுக்கு 4 குழந்தைகள் இருக்கு. நான் காவதுக்கும் பிறகு குடும்பக் கட்டுப்பாடு சாதனம் எதையும் பயன்படுத்தவில்லே. 3 முறை கருச் சிதைவு செய்து கொண்டிருக்காங்க. இப்போ நாலாவது முறையாக கருச் சிதைவு செய்து கொள்ள எங்கிட்ட வந்திருக்காங்க. இவற்றிலே எவ்வளவு risk இருக்கு என்பதை உணரவே மாட்டேங்கறாங்க. படித்தவர்கள்கூட இப்படிச் செய்யலாமா?" கோபம் தணிந்து, இதற்கு என்ன வழி என்ன வழி என்னும் ஆதங்கமும் வருத்தமும் மேலோங்கியது. "டாக்டர் நான்கூட கருச் சிதைவை (abortion)ப் பற்றித்தான் உங்களிடம் கேட்க வந்தேன்" என்றேன். "கேளுங்க. நிறைய விஷயம் இருக்கு. குறிப்பாகப் பெண்கள் இதைப் பற்றி பூரண அறிவு பெற வேண்டியது ரொம்ப அவ சியம்" என்றார். பேட்டி சூடு பிடித்துவிட்டது.

டாக்டர், கருச்சிதைவைப் பற்றிக் கூறும்முன் கரு எங்கு வளருகிறது? அதன் வளர்ச்சிக்குத் தாயார் எவ்வாறு உதவுகிறாள்?

டாக்டர் யசோதா: கரு (foetus) தாயின் கர்ப்பப்பையில் ஒரு சிறிய முட்டை வடிவில் வளர்ச்சியைத் தொடங்குகிறது. அதனைச் செல்கள் அடங்கிய அமைப்பு என்று கூடச் சொல்லலாம். இப்போது தொடங்கி முழு வளர்ச்சியடைந்த குழந்தை பிறக்கும்வரை, அதாவது சுமார் 280 நாட்களும் குழந்தைக்கு நஞ்சுக் கொடி மூலம் தாயின் உடலிலிருந்து இரத்தக் குழாய் வழியாக உணவு செல்கிறது. கழிவுப் பொருட்களும் இதே நச்சுக் கொடி மூலம்தான் வெளியேறும்.

கருவுற்ற பெண்கள் சிலருக்கு இயற்கையாகவே கருச்சிதைவு ஏற்படுவது என்ன காரணங்களினால்?

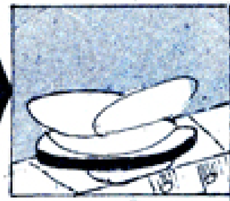
டா: இயற்கையாக ஏற்படும் கருச் சிதைவுக்குத் தாய், கரு, தந்தை இவர்களில் யார் வேண்டுமானாலும் காரணமாக இருக்கலாம்.

தாயைப் பொறுத்தவரை கர்ப்பப் பை சரியான நிலையில் இல்லாமல் இருப்பதாலும், வயிற்றில் கட்டி (tumour) இருப்பதாலும், நஞ்சுக்கொடி (Placenta) சரியானபடி அமையாததாலும், மஞ்சள் காமாலை, டைபாயிடு, மலேரியா போன்ற நோய்கள் கருவுற்ற சமயத்தில் வருவதாலும் கீழே விழுவதால் வயிற்றுப் பகுதியில் அடி பட்டு காயம் ஏற்படுவதாலும் மனத்தை மிகவும் பாதிக்கக் கூடிய அதிர்ச்சிகள் காரணமாகவும் இயற்கையாகக் கரு கலைந்துவிடும்.



சரிக்குச் சரி பச்சரிசியும், புழுங்கலரிசியும் சேர்த்துச் சிறிது வெந்தயம் சேர்த்து ஆப்பம் சுட்டால் பூப்பூவாய் வரும்.

— வேதநாயகி.



கருவைப் பொறுத்தவரை அதன் அமைப்பில் குறை இருப்பின் கருச் சிதைவு நேரும்.

அடுத்து தந்தையின் இரத்தம் Rh+ ஆகவும், தாயின் இரத்தம் Rh – ஆகவும் இருந்தால் குழந்தை Rh – ஆக இருக்கும். இத்தகைய கருவை எரித்ரோ பிளாஸ்டோ ஃபீட்டஸ் என்பார்கள். இந்தக் கருவும் சிதைந்துவிடும்.

அப்படியானால் Rh – உள்ள பெண்ணிற்கு கர்ப்பம் நிலைத்துக் குழந்தையே பிறக்காதா?

டா: அப்படியில்லை. அப்பெண்ணிற்கு முதல் குழந்தை நல்லபடியாகப் பிறந்திருக்கலாம். அடுத்த பல முறை கருச்சிதைவு ஏற்படலாம். இத்தகைய பெண்களுக்கு இம்யுனோக்ளோபுலின் (Imuno Globulin) ஊசி போட்டால் இக்குறை நீங்கிவிடும்.

ஒரு பெண் மாதவிலக்கைத் தள்ளிப் போட சில மாத்திரைகளைச் சாப்பிடுகிறாள். ஆனால் அடுத்த மாதம் மாதவிலக்கே ஏற்படாமல் கருவுறுகிறாள். அதேபோல் வேறு ஒரு பெண் கருச்சிதைவு செய்து கொள்ள மாத்திரைகளையும், ஊசி மருந்தையும் பயன்படுத்துகிறாள். ஆனால் கருச்சிதைவு ஏற்படவில்லை. இவ்விரு பெண்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தை, பயன்படுத்திய மாத்திரை, மருந்துகளால் பாதிக்கப்பட்டிருக்குமா?

டா: தொண்ணூறு சதவீதம் பாதிக்கப்படாது என்றே கூறலாம். ஆனால் மிக அபூர்வமாகக் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் பிறக்கலாம்.

அப்படியானால் சைலண்ட் ஸ்கிரீம் (Silent Scream) படத்தில் கரு துடிப்பது போல் காட்டப்படுவதை நீங்கள் மறுக்கிறீர்களா?

டா: ஓரளவு அது மிகைப்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது என்றே கூற வேண்டும். Silent Scream ஐ விட முக்கியமான Silent Cry யைப் பற்றிக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? கருவை கருச்சிதைவின் போது கருவிகளால் குத்தியும், சுரண்டியும் இரத்தம் கசிய வைக்கிறோமே, இந்த அமைதியான இரத்தக் கண்ணீரைப் பற்றிக் கவலைப்படுகிறீர்களா? நம் கையின் நான்கு விரல்களைச் சேர்த்தால் உள்ள அளவே இருக்கும் கர்ப்பப்பை மிக மென்மையானது. தொடர்ந்து இதனைக் கருச்சிதைவினால் சேதப்படுத்தினால் பின்னர் கருத்தரிப்பதே இயலாமல் போய் விடும். மேலும் கர்ப்பப்பையையே நீக்கும் நிலையும் ஏற்படும்.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு சாதனங்களான லூப் காப்பர் T இவைகளைப் பயன்படுத்துவதால் புற்று நோய் வருமா?

டா: லூப், காப்பர் T இவைகளைச் சரியாகப் பொருத்தாவிட்டால் உறுத்தல் இருக்கும். இதை உடனே கவனித்துச் சரி செய்ய வேண்டும். மேலும் இந்தச் சாதனங்களைப் பொருத்தும்போது இவை மிகத் தூய்மையான நிலையில் இருக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் தொற்று வியாதி வரும். இந்த மாதிரி காரணங்களால் சில சமயம் நோய் முற்றி கான்சர் வரலாமே தவிர பெரும்பாலும் சரியான படி, சுகாதார முறையில் பொருத்தப்பட்டால் இச்சாதனங்களால் தொல்லைகளோ, நோய்களோ ஏற்படுவதில்லை.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு முறைகளைக் கையாளாமல் அடிக்கடி

கருச்சிதைவு செய்து கொள்ளும் பெண்களுக்கு நீங்கள் கூறும் அறிவுரை யாது?

டா: இது ஒரு முக்கியமான கேள்வி சில பெண்கள் 3 அல்லது 4 குழந்தைகளுக்குப் பிறகு கூட நிரந்தரமான குடும்பக் கட்டுப்பாடு முறைகளை மேற்கொள்வதில்லை. இதனால் இப்பெண்களுக்கு மீண்டும் கருவுற்றதும் அதைக் கலைக்க வேண்டிய கட்டாய நிலை ஏற்படுகிறது. இவர்கள் ஒவ்வொரு முறையும் ஒவ்வொரு டாக்டரிடம் செல்வதால் இவர்களின் உண்மை நிலை நமக்குத் தெரிவதில்லை. நான் முன்னரே குறிப்பிட்டபடி, மிகச் சிறிய, மென்மையான கர்ப்பப்பையை 3 அல்லது 4 முறை பலவந்தமாகச் சுத்தம் செய்வதால் அதன் சுவர் கிழிய வாய்ப்பு உண்டு. தொடர்ந்து புண் ஏற்பட்டு ஆறுமல் இருப்பதால் பின்னர் கான்சர் வரும் வாய்ப்பு உண்டு. கர்ப்பப்பையில் கட்டி, கான்சர் என்று ஏற்பட்டு கர்ப்பப்பையையே நீக்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்படும் பெண்களில் பலர் மேற்சொன்னபடி பலமுறை கருச்சிதைவு செய்து கொண்டவர்களாகவே இருக்கிறுர்கள்.

எந்த மாதத்திற்குமேல் கருச்சிதைவு செய்வது தாயின் உயிருக்கு ஆபத்தாக முடியும்?

டா: 3 வது மாதத்திற்கு மேலேயே ஆபத்துத்தான். சில சமயம் கருச்சிதைவு செய்து கொண்டிருக்கும் போதே 'பு வரலாம். ஷாக்ஸ் வரலாம். கூ. ன காரணமாக இரத்த அழுத்தம், நாடி இவை மிக்வும் குறைந்து விடும். வியர்வை மிகுதியாக ஏற்படும். அதிகமான இரத்த ஒழுக்கு ஏற்படலாம்.

வீட்டிலேயே இயற்கையாககருச்சிதைவு ஏற்பட்ட பெண் அதன் பிறகு மருத்துவரைக் காண வேண்டியது அவசியமா?

டா: நிச்சயமாக. கரு மட்டும் வெளியேறியபின் நஞ்சுக்கொடி வெளியேறு விட்டால் கடுமையான வயிற்று வலியும் உதிரப் போக்கும் இருக்கும். வலியைப் போக்க வீட்டிலே மாத்திரைகளைச் சாப்பிடுவதோடு நிறுத்தி விடக் கூடாது. டாக்டரிடம் செல்வதன் மூலம் நஞ்சுக்கொடி வெளியேறு விட்டால் அதை நீக்கவும் தேவையானால் D & C செய்யவும், வலி, உதிரப் போக்கு இவற்றைநிறுத்தவும்சிகிச்சை அளிப்பார். மேலும் கருச்சிதைவுக்கான காரணத்தை ஆராய்ந்து அடுத்த முறை இவ்வாறு ஏற்படாமல் இருக்க ஆலோசனை வழங்குவார்.

நஞ்சுக்கொடியும், கருவும் நீக்கப்பட்டபின், கூட சில பெண்கள் தொடர்ந்து வயிற்றில் வலியும், உதிரப் போக்கும் இருப்பதாகக்கூறுகிறுர்களே, அது ஏன்?

டா: இது பெரும்பாலும் பல முறை கருச்சிதைவு செய்து கொண்ட் பெண்களுக்கு ஏற்படலாம். கர்ப்பப்பையில்



முட்டை எத்தனை நாட்கள் பழையதாக இருக்கும் என்று கண்டுபிடிக்க:

ஒரு பாத்திரத்திலுள்ள தண்ணீரில் முட்டையை வைத்தால் அது மேலாக மிதக்கக் கண்டால், கட்டாயம் அது கெட்டுப் போன முட்டை. பாத்திரத்தின் அடியிலேயே கிடந்தால் புதிய முட்டை. முட்டை ஒரு குறிப்பிட்ட கோணத்தில் லேசாக மிதந்தால் நாலைந்து நாட்களுக்கு முன்னுள்ள முட்டை. குறுகிய பாகம் அடியில் இருக்குமாறு மிதந்தால் சுமார் பத்து நாட்கள் பழையது என ஊகிக்கலாம்.

— எஸ். இ. பாத்திமா.

புளியின் விலை யானை விலை, குதிரை விலையாக விற்கும் இன்றைக்கு, பித்தளைப் பாத்திரம் பெட்டியில் முடங்கிக் கொள்வது நியாயம்தான். இதோ ஒரு மாற்று:

உங்கள் வீட்டில் செம்பருத்திச் செடி இருக்கிறதா? நாலைந்து இலைகளைக் கிள்ளிக் கொண்டு சாம்பலுடன் கொஞ்சம் உப்பையும் சேர்த்து, பித்தளை, தாமிரப் பாத்திரங்களைத் தேய்த்துப் பாருங்கள். பள, பளவென்று டாலடிக்கும். உங்கள் திருஷ்டியே பட்டுவிடும். மேலும் கரிப் பாத்திரங்கள் கூடச் சுலபத்தில் வெளுத்துவிடும்.

— திருமதி தேவனாதன்.

ஆறாத புண், கட்டி, சில சமயம் ஸெர்விக் கான்சர் இவை காரணமாகவும் வலி, உதிரப்போக்கு ஏற்படலாம். உடனே மருத்துவரை நாடி சிகிச்சை பெற வேண்டியது அவசியம்.

டாக்டர், கிராமப்புறப் பெண்கள் அங்குள்ள மருத்துவச்சிகளையோ, அல்லது அதற்கென உள்ள பெண்களையோ நாடிக் கருச்சிதைவு செய்து கொள்கிறார்களே இதனைப் பற்றி நீங்கள் என்ன கருதுகிறீர்கள்?

டா: இது மிக மிக முக்கியமான கேள்வி. பல துறையில் பெண்கள் முன்னேறியிருக்கும் இக்காலத்திலும் கிராமப்புறப் பெண்கள் அடிப்படைச் சுகாதார அறிவு, மருத்துவ அறிவு இல்லாமல் இருப்பது வருந்தத்தக்கது. கிராம சேவை செய்பவர்கள் இத்தகைய கருச்சிதைவைச் செய்ய உதவுபவர்களைக் கண்டிக்க வேண்டும். உயிருக்கே உலையாகும் இத்தகைய செயல்களைத் தடுத்து அதன் விளைவுகளை விளக்கி மருத்துவரை நாட வேண்டிய அவசியத்தையும் எடுத்துக் கூற வேண்டும்.

இப்போது கூட என்னிடம் பல கிராமப்புறப் பெண்கள் கருச்சிதைவு செய்து கொண்டு பலவித வியாதிகளுடன் சிகிச்சைக்கு வருகிறார்கள். இவர்களை நான் சோதனை செய்த போது அதிர்ச்சி தரும் பல உண்மைகளைக் கண்டேன். இவர்கள் மிகவும் கொடூரமான, முரட்டுத்தனமான முறைகளைக் கையாளுகிறார்கள். இந்த மருத்துவச்சிகள் கருச்சிதைவு செய்ய மூலிகைத் தன்மை உள்ள நீண்ட குச்சிகளையும், தாமே தயாரித்த பசை போன்ற பொருட்களையும், அதிக வலியை ஏற்படுத்த எரியும் வத்தியையும் பயன்படுத்துகிறார்கள் என்பதைக் குறிப்பிட விரும்புகிறேன். இவைகளால் கர்ப்பப்பை சிதைந்து போகவும் நிற்காத உதிரப் போக்கு ஏற்படவும் வாய்ப்பு உள்ளது.

நஞ்சுக்கொடி உள்ளேயே தங்கி, 1 வாரம் கழித்து மிகுந்த வலியுடனும், துர்நாற்றத்துடனும் வரும் பெண்கள் ஏராளம். இந்த ஒரு வார காலத்தில் தொற்று வியாதி வேறு கர்ப்பப்பையைத் தாக்கியிருக்கும். இவற்றை நான் ஏன் குறிப்பிடுகிறேன் என்றால் இத்தகைய நிலையில் வரும் பல பெண்கள் எங்களால் சிகிச்சை அளிக்க முடியாமல் அரசாங்க மருத்துவமனைக்கு அனுப்பப்படுகிறார்கள். இவர்களில் பெரும்பாலோர் இறந்து போயிருப்பார்கள்.

கருச்சிதைவு ஏற்பட்ட பெண்ணின் உணவு முறை எத்தகையதாக இருக்க வேண்டும்?

டா: சுமார் இரண்டு மாத காலத்திற்கு நல்ல ஓய்வு தேவை. இரு மாதங்களுக்குள்ளேயே மீண்டும் கருவுறாமல் இருப்பது அவசியம். இரும்பு, தாதுக்கள், புரதம் நிறைந்த உணவாக இருக்க வேண்டும். பால், கீரை வகைகள், பழங்கள், முட்டை சாப்பிடலாம். தவிர மருத்துவர் குறிப்பிடும் டானிக், மாத்திரைகளைத் தவறாமல் சாப்பிட வேண்டும்.

பேட்டி: — லக்ஷ்மி சங்கர்.

கோடுகள் ஓவியமாகின்றன

இதுவரை...

காதம்பரியின் தாய் இறக்க, மனைவியின் பிரிவைத் தாங்காமல் தந்தை ஓடி விடுகிறார். தாத்தாவால் வளர்க்கப்படும் காதம்பரி, வளர்ந்து பெரியவளான நிலையில் தந்தை மீண்டும் வருகிறார், வேறு மனைவி குழந்தைகளுடன்.

பண்பும், அன்பும் நிறைந்த குடும்பத்திற்குப் பொருத்தமில்லாத் மனைவியுடன் தந்தை வெளியேறுகிறார். அழகே உருவான காதம்பரிக்குப் பொருத்தமான இளைஞனை மணமுடித்த நிம்மதியில் கண் மூடுகிறார் தாத்தா. உருவத்தில்தான் பொருத்தம். உள்ளத்தால் கேவலமாக அவன் இருப்பதை உணர்ந்த காதம்பரி, அவனிடமிருந்து விடுதலை பெற்று உறவுகள் அனைத்தையும் துறந்து மைசூர் வருகிறாள். மனோதத்துவ மருத்துவம் படித்த அவள் மைசூரில் பணியாற்றும் போது அங்கு அறிமுகமாகிறான் பிரபு...

13

வானம் வேகமாய்ச் சிவந்து கொண்டிருக்கிறது. மஞ்சள் வெளிச்சத்தில் மைனாக்கள் எங்களைப் பார், எங்களைப் பார் என்று தலைநிமிர்ந்து ராணுவ நடை பழகுகின்றன. மாட்டோம் போ...வென்பது போலக் கீச்சிட்டுக் கொண்டே கிளிகள் விர்ரென்று பறந்து செண்பக மரக் கிளைகளில் மறைகின்றன. அணில் ஒன்று வாலைக் கேள்விக்குறியாக்கி சிசிட் சிசிட் என்று விடாமல் குசலம் விசாரித்துக் கொண்டேயிருக்கிறது.

இவள் வருவதற்கென்றே காத்திருந்தது போலக் கிளம்ப ஆயத்தமாகிறாள் ஆயா. "இருட்டிடுச்சு போலிருக்கே... துவையல் அரைச்சு கிண்ணிலே மூடி வெச்சிருக்கேன். ரசத்தைகுக்கர் உள்ளேயே வெச்சிருக்கேன்... வரட்டுமாம்மா...."

"ம், சரி, சரி..." யென்று தலையாட்டி விட்டு வாயிற்கதவைத் தாழிட்டுக் கொண்டு வருகிறாள் காதம்பரி.

மணி ஏழு கூட ஆகவில்லை என்ன செய்யலாம்...?"

துறுதுறுக்கையில் —

மற்றவர்க்ளெல்லாம் இப்போது என்ன செய்துக்கொண்டிருப்பார்கள்—குஸுமாவும் கிருபாகரனும், விமலாவும், ராஜப்பாவும் — என்று யோசனை ஓடுகிறது.

ஜாலியாகப் பேசிக் கொண்டிருக்கலாம். குழந்தைகளோடு விளையாடிக் கொண்டிருக்கலாம். விமலா தம்பதியருக்குத்தான் குழந்தையே இல்லை. கிருபாகரனின் குழந்தைகளோ, பெரியவர்களாகி விட்டார்கள்.... அதனாலென்ன, விளையாட்டென்றால் ஓடிப் பிடித்து விளையாடுவதுதானா? கேரம், சீட்டு... எத்தனை இல்லை.

மற்றவர்களெல்லாம் ஒரு குடும்ப சூழலில் இருக்க, அவளை மட்டும் தனியாகவே இருக்க வைத்துவிட்ட.... ஆமாம், அவன்... அந்த பிரபு... அவரும் தனி ஆள் என்றுதானே சொன்னார்கள், அது கிடக்கட்டும், அந்த ஆளுக்கென்ன தன்னிடம் அப்படியொரு சுவாதீனம். சுவாதீனமா, ஹீரோ பாவனையா... அன்று, அந்த உறவுக்காரப் பெண், சாரதாவா அவள் பேர்... அவளை அழைத்து வந்தபோது...

முதன் முறையாக வரும்போது விசாரிப்பது போல் எல்லா விவரங்களையும் தீர விசாரித்துக் கொண்டு, ரூமனை எல்லா டெஸ்ட்டுகளையும் செய்யச் சொல்லிவிட்டு, பார்த்தவுடனேயே அனீமிக்காக இருப்பாள் என்று தோன்றியதால் அயர்னும்டானிக்கும்எழுதிக் கொடுத்து வழியனுப்புகையில், கதவருகில் சென்று, "ஒரு நிமிஷம்..." என்று அவன் மட்டும் உள்ளே வந்தானே... சாரதாவைப் பற்றித்தான் தனியாக ஏதோ சொல்லப் போகிறான் என்று சிரத்தையாக இவள் கூட ஏறிட்டுப் பார்த்தாளே...

"அப்படிப் பாக்காதீங்க... உங்க பேரு தான் முதல்ல நினைவிலே நின்னுது. ஆளைப் போலவே பேரும் ஸ்பெஷல். நான் இது வரைக் கேட்டதேயில்லை. ஆனா ஞாயித்துக் கிழமை உங்க வீட்டுக்கு வந்திருக்கச்சே,

தோமலா வரதன்

கண்ணைத் திறந்து ஒரு பார்வை பார்த்தீங்களே, அடேயப்பா! யாராவது புகழ்ந்தா அப்படியா முறைக்கறது? அந்தக் கண்ணும் பார்வையுங்கூட மறக்க முடியாதபடி மனசிலே பதிஞ்சு, அப்போலேர்ந்து தொல்லை கொடுக்குதே, என்ன பண்ணப் போறீங்களாம்...'' கேட்டுவிட்டு விறு விறென்று போனானே... இவள் எப்படிக் கட்டிப் போட்டாற்போல் நின்று கொண்டிருந்தாள். அந்தச் சொற்கள்தான் எத்தனை நேரம் எதிரொலித்துக் கொண்டிருந்தன மனத்தில்... இது அதிகப்படியில்லையோ...!

தன்னிடம் இப்படியெல்லாம் பேசலாம், செல்லுபடியாகும் என்ற தைரியம் அவனுக்கு எப்படி வந்தது. எத்தனை நாளாய் தன்னைத் தெரியுமென்று இப்படிப் பேசத் தோன்றுகிறது அவனுக்கு. ஒருவேளை தன் நடத்தையில், பழகுமுறையில் ஏதாவது கவனப் பிசகாக இருந்து, அவனுக்கு கோடி காட்டிய மாதிரி பட்டுவிட்டதோ...! முதல்ல பேரை மறக்க முடியல்லே... அப்புறம் கண்ணை மறக்க முடியல்லே, நாளைக்கு... உன்னையே மறக்க 'முடியல்லேனும்பானோ...?

சொல்லுவான், சொல்லுவான்... சொல்லிப் பார்க்கட்டும்... நல்ல கூத்து இது! ஒரு ஒண்டிக்கட்டையைப் பற்றி யோசிப்பதில் இத்தனை நேரம் செலவழித்திருக்கிறது இன்னொரு ஒண்டிக்கட்டை, ம்...!

தனக்குள் சிரித்துக் கொண்டே கைக்குக் கிடைத்த ஒரு புத்தகத்தை எடுத்துக் கொண்டு அமருகிறாள் காதம்பரி. பிரித்த இடத்தில், காதல், ஒரு அழகிய கவிதையாய் மலர்ந்திருக்கிறது. காதலன் உருகுகிறான்.

"பாரடி நெஞ்சம் பளிங்கடி அதிலுன்
படமடி பாரடி என்றேனே — நீ
சேறடித் தாமரை சிரிப்பது போலெழில்
சிந்தும் சிரிப்புடன் நின்றாயே...''

'சந்தனக் கிண்ணத்தி'லிருந்து மலேசிய கவிஞர் தொட்டுத் தொட்டுத் தருகிறார். அதிலும், நாயகியின் வர்ணனைதான். நாயகி என்றாலே அவள் அழகாய்த்தான் இருக்க வேண்டுமோ? தாமரை சிரிப்பது போலத்தனை பொலிவில்லாமல் சற்றே மாற்றுக் குறைவாய் இருந்தால்... நம்மூர் நாயகன் சீந்த மாட்டான்! பாடலின் சந்த அமைப்பு அவனைக் கவரத் திரும்பித் திரும்பிப் படித்து ரசிக்கையில் —

டெலிபோன் ஒலிக்கிறது. புத்தகத்தை மடக்காமல், கவிழ்த்து வைத்துவிட்டுப் போய் எடுக்கிறாள்.



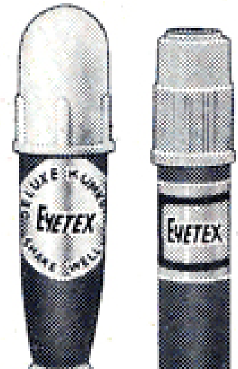


இந்திய மாதர்களின் மங்கலசின்னம்

ஐடெக்ஸ்

டீலக்ஸ் குங்குமம்

matt finish



ஐடெக்ஸ் 48 ஆண்டுகளாக
உங்கள் நம்பிக்கையின்
மகத்தான சின்னம்

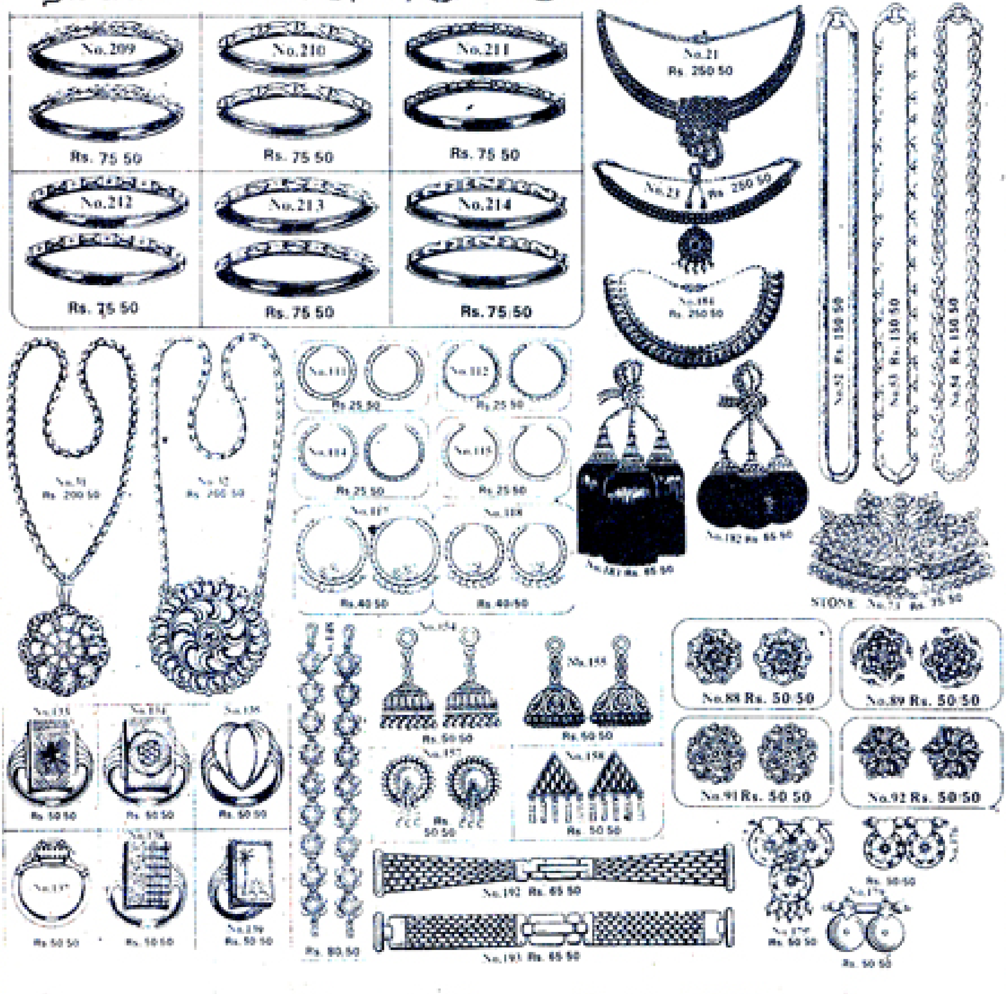
அரவிந்த் லாபரடரீஸ் சென்னை 600 033

Imageads-2229 Tam

"மெரி"

தங்க கவரிங் நகைகளுக்கு தன்னிகரற்ற பெயர்!

கண்ணைக்கவரும் அழகும், பொலிவும், தரமும், உத்திரவாதமும் உடைய உலகப் புகழ்பெற்ற 22 Ct "மெரி" தங்க கவரிங் நகைகளை வாங்கி, அணிந்து மகிழுங்கள்!



நகைகளின் நம்பர்களைக் குறிப்பிட்டு எழுதினால் வி.பி.பி. மூலம் நகைகள் அனுப்பப்படும். வி.பி.பி. சார்ஜ் தனி. இலவச கேட்லாக்கைப் பெற எழுதுங்கள்!

மெரி கோல்டு கவரிங் ஒர்க்ஸ்

தபால்பெட்டி : 1405, 14, ரங்கநாதன் தெரு,
தி. நகர், சென்னை-600 017.

ரொட்டி வாட்டிய கல்லில் தோசை எடுபடாது. அடுப்பில் மிதமான சூட்டில் கல்லைப் போட்டு வெங்காயத்தினால் கல்லைத் தேய்த்தால் தோசை நன்கு எடுபடும்.

— சித்ரா.

இட்லிக்கான சட்னியில் காரம் அதிகமாகிவிட்டால் சிறிது தயிர் கலந்து விடவும். உப்பு அதிகமாகிவிட்டால் ½ இட்லியை உதிர்த்துப் போட்டுக் கலந்து விடலாம்.

— விசாலாட்சி.

"ஹலோ!..."

"வாட் ஆர் யூ டூயிங்...?"

அட! பெயர் கூடச் சொல்லாத பெரிய மனிதன்... "ஹூ ஈஸ் ஸ்பீக்கிங்...?"

"டெல் மி வாட் யூ ஆர் டூயிங்...?"

ஓ! அவன்தான்... அவனேதான்...! திங்க் ஆப் த டெவில்லியா, ப்ரபு ஹியர்..."

யக்ஷிணி சொல்லியிருக்குமோ? நினைத்த நேரத்தில் கரெக்டாய் போன் செய்கிறானே...

"ஹலோ..."

"ம்..."

"வீட்லேதானே இருக்கீங்க. இன்னும் பதினைஞ்சு நிமிஷத்திலே அங்கே வரேன்..." பட்டென போன் துண்டிக்கப்படுகிறது. கையிலிருந்த ரிஸீவரை முறைத்துப் பார்த்து விட்டு வைக்கிறாள் காதம்பரி.

வரலாமா... வேண்டாம், வரட்டுமா... வென்று கூடக் கேட்கவில்லை. வருகிறேன் என்று சொல்லிப் போனையும் டக்கென்று வைத்துவிட்டால்... அதென்ன துணிச்சலா... சுவாதீனமா...? இதைப் பற்றித்தானே யோசித்துக் கொண்டிருந்தாள்...

சரி, வருகிறது எப்படியும் வருகிறான் விடாவது பளிச்சென்று இருக்கிறதோ வென்று பார்க்கத் தோன்றுகிறது. ரேடியோவை முதலில் நிறுத்துகிறாள். ஜன்னல் திரைச்சீலைகளை இழுத்துச் சீர் செய்து, பூக்குவளையில் வாடிய இரண்டு மூன்று பூக்களை அகற்றி மற்றதைக் கோதிவிட்டு, மூலையில் இருந்த பேப்பர்களை வெட்டும் கட்டிலடியில் மறைவாய் வைத்து...

அன்றே அவன் வரும்போது விட்ட தலையும் பழைய புடவையுமாய் இருந்தாளே, அதனால் கண்ணாடி முன் சில நொடிகள்...

தலை கலைந்த மாதிரி இல்லையோ... முன் தலையை வாரி, அப்படிக் கொஞ்சம் லேசாக பவுடரை ஒற்றி, புடவை இதுவே போறுமோ... போறும், முன் கொசுவத்தைச் சரியாக நீவிவிட்டுக் கொள்கையில் போன் செய்த பதின்மூன்றாவது நிமிடம் வாசலில் ஹாரன் சத்தம் கேட்கிறது. அட! இதற்குள்ளேயா... உள்ளே வந்த பிரபு ஒரு நோட்டம் விடுகிறான்.

"பவுடர் வாசனை கமகமங்கறதே... டச் அப் பண்ணிண்டீங்களாக்கும்..."

அவள் குப்பென்று சிவந்துப் போகிறாள்.

அவன் புன்னகைக்கிறான்... "நானேவா ஒவ்வொரு தரமும் தலையிலே அட்சதையைப் போட்டுக்கிட்டு வரணும். வந்தவனை 'வா'ங்கிறது கூட இல்லையா...?"

"தனியா ஒருத்தி இருக்கிற வீட்டுக்கு ராத்திரி எட்டு மணிக்கு வந்துட்டு..."

"ஓ...! வந்தது பிடிக்கலேன்னா, போயிடறேன்..." அவன் திரும்புவதுபோல் பாவலா செய்கிறான்.

"இல்லையில்லை, ப்ளீஸ் வாங்க... நாம சின்னக் குழந்தைகளா என்ன...?"

"எக்ஸாக்ட்லி..." என்று சொல்லிக் கொண்டே உட்காருகிறான் பிரபு. "நாம குழந்தைங்க இல்லேன்னு தெரியும். அதனாலதான் தைரியமா உங்களை விஸிட் பண்ண வந்தேன்... ஆமா, உங்கக்கிட்ட ரொம்ப மரியாதையா எட்டி நின்னுதான் பழகணுமா? சகஜமா இருந்தால் முறைச்சுப்பீங்களா..?"

கேட்கிற ஆளைப் பாரு, சகஜம் என்பதற்கு இவன் அகராதியில் என்ன பொருளோ...? ஆமாம், கொஞ்ச நேரம் முன்பு, இவனைப் பார்க்காத போது,'இந்த சகஜத்துக்கும் சுவாதீனத்துக்கும்தானே கண்டனம் தெரிவித்து, தீர்மானமியற்றிக் கொண்டிருந்தது மனது? இப்போது இவன் வந்ததும், 'என்னிடம் இந்த அதிகப்படியெல்லாம் வைத்துக் கொள்ளாதே'யென்று முகத்தில் கதவை அறைந்து சாத்த வேண்டியதுதானே...? அவ்வளவு கூட வேண்டாம்,போகிறேன் என்று திரும்பினானே, சும்மாயிருந்து விட்டிருந்தால் அவனே புரிந்துக் கொண்டு போயிருப்பானே... அழைத்து உட்கார வைத்து... ஏன்...'ஏன்...? அவள் மௌனத்தை அவன் தனக்குச் சாதகமாய் அர்த்தம் செய்து கொண்டாற்போல் பளிச்சென்று தன் டிரேட் மார்க் புன்னகையை வீசுகிறான்.

"இப்படித் தனியா இருக்கிறது போரடிக்கலை...?"

"ம்...? நீங்களும் கேட்டாச்சா? உங்க எல்லாருக்குமே என்னைப் பார்த்த உடனே 'இந்த ஒரு எண்ணந்தான் தோணுமா...?'"

"நீங்க சொல்றதைப் பார்த்தா, தோணறது போலிருக்கே...?"

"பாக்கிப் பேருக்குத் தோணறது இருக்கட்டும். நீங்களும் தனியாத்தானே இருக்கீங்க மிஸ்டர் பிரபு..."

"நான் இருந்தா...? பிஸினெஸ், பிரெண்ட்ஸ் இப்படி எத்தனை இல்லே. பேசும்படியான பேச்சிலரா இருக்கறதுக்கும், ஒரு பெண் தனியா இருக்கிறதுக்கும்..."

"என்ன வித்தியாசம்...? எனக்கும் உத்தியோகம் இருக்கு. பிரெண்ட்ஸ் இருக்காங்க."

"போதும்னு ஒரு பெண்ணாலே அப்படியே இருந்துட முடியுமா...?"

"முடியாதா? என் தொழில்ல பேஷண்ட் ஒவ்வொருவரையும் தனித்தனியா கவனிச்சு ஸ்டடி பண்ணணும். இப்படிவீட்டிலேதனியா இருக்கறச்சே அதையெல்லாம் பத்தி நிறைய யோசிப்பேன். உங்க சாரதா கேஸ்லே கூட..."

பொய் என்று உள்மனம் உதைக்கிறது. சாயங்காலமெல்லாம் உண்மையிலேயே போரடித்துக் கொண்டு கால விரயம் செய்யவில்லையோ...?

"அதிருக்கட்டும்... வேறே இன்டெரெஸ்ட்டே கிடையாதா...?"

"நிறையபடிப்பேன்...பாட்டுகேட்பேன்... இப்பக் கூட படிச்சுண்டுதான் இருந்தேன்.."

"கதையா...?"

"கவிதை..."

"எங்கே பார்க்கலாம்...?"

"தமிழ்லே இருக்கே...?"

"பரவாயில்லே படிச்சு சொல்லுங்களேன். அன்னிக்கே சொன்னேனே இலக்கியத்திலே ஜாஸ்தி பரிச்சயம்கிடையாதுன்னு. இனிமே பண்ணிக்கலாம். தமிழிலேந்தே ஆரம்பிச்சா போச்சு..."

அவள் பிரித்து கவிழ்த்து வைத்திருந்த புத்தகத்தை எடுத்து மறுபடி அந்தக் கவிதையைப் பார்க்கிறாள். பனிங்கு நெஞ்சத்தில் அவள் படம் என்று நாயகன் காதல் வேதனையில் வாடுகிறான். என்னவென்று இவனுக்கு மொழி பெயர்ப்பது...?

"வந்து..." அவள் விழிக்கையில் அவன் மோகனமாய் ஒரு சிரிப்புச் சிரிக்கிறான்.

"பரவாயில்லே, உங்க மூஞ்சியைப் பார்த்தாலே புரியறது... ஒரு டிரைவ் போயிட்டு வரலாமா...?"

அவன் சிரிப்பில் லயித்த அவள் இடுக்கிட்டு, "என்னது...?" என்கிறாள்.

"ஒண்ணுமில்லே, கொஞ்சம் காத்தாட ஒரு டிரைவ் போயிட்டு வரலாமான்னேன்..."

"இத்தனை நாழிக்கப்புறமா...?"

"அப்படி ஒண்ணும் லேட்டாகலேயே. எட்டுதானே. சாமுண்டி மலேலேர்ந்து ராத்திரி வேளேல பார்த்தா மைசூர் ஜொலிக்கும். பாத்திருக்கீங்களோ...?"

"......

"என் கூட வர யோசனையாயிருக்கா. கொஞ்சம் முன்னாடி சொன்னாப் போல, நாம ஒண்ணும் குழந்தைங்க இல்லேயே. பொறுப்பு வந்த பெரியவங்கதானே. எது செய்தாலும் யோசிச்சு செய்ததாகத்தானே இருக்கும்...?" என்ன சொல்கிறான் இவன். தயங்கி அவனைத் திரும்பிப் பார்க்கிறாள். அந்தப் புன்னகை...

ஒரு கணந்தான். எழுந்து உள் கதவுகளைப் போடப் போகிறாள்.

"இன்னொருதரம் டச்அப் பண்ணிக்கணுமா...?"

"அவசியமா...?" அவன் சற்றும் எதிர்பாராத விதமாய்க் கேட்டு டக்கென்று திரும்பி, திகைக்க வைக்கிறாள். அவன் திகைத்துப் போன விதத்தைப் பார்த்துச் சிரித்துக் கொண்டே கதவுகளைச் சாத்துகிறாள்.

(தொடரும்)

தேனின் சிறப்பு

எசக்ஸ் என்ற இடத்தில் வாழ்ந்த ஒருவரை 35—ம் வயதிலேயே இறந்துவிடுவார் என டாக்டர்கள் முடிவு கட்டினர். அவருக்கு பிரைட்ஸ் என்னும் நோய் இருந்தது. டாக்டர்கள் ஆறு மாதத்திற்குள் அவர் இறந்துவிடுவார் என்றனராம். ஆனால் தேனி வளர்த்து வந்த அண்டை வீட்டுக்காரர், நாளொன்றுக்கு அரை பவுண்ட் தேன் சாப்பிடு என்று கூறினாராம். நோய் கண்டவரும் அப்படியே சாப்பிட்டு வந்தாராம். அதனால் அவர் எழுபத்தாறு வயதுவரை வாழ்ந்து, தானும் தேனி வளர்க்கத் தொடங்கிவிட்டதாகவும் 'நூறாண்டு வாழ்வேன்' எனக் கூறியதாகவும் சொல்லப்படுகிறது.

நாளொன்றுக்கு ஒரு தேக்கரண்டி தனியாகவோ, வெது வெதுப்பான பாலிலோ கலந்து உண்ணலாம். அல்லது ஒரு கரண்டி



தேனை ஒரு குவளை வெந்நீரில் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றுடன் கலந்து சாப்பிடலாம். மேலும், தேனில் வைட்டமின் ஏ, சி, ஏழு வகையான பி வைட்டமின்கள், இரும்புச் சத்து முதலியனவும் இருக்கின்றன. ஆகவே தேன் உடல் நலத்திற்கு மிக மிகத் தேவையானதாகும்.

— எஸ். ஜெயந்தி ராகவன்.


V.V.D
கற்பனை பல சிறகடிக்க
இளமை ஊஞ்சலாடும் அழகி.
அவள் நெஞ்சைக் கவர்ந்தவைப் பல.
மெல்லத் தவழ்ந்து செல்லும் நீரோடை..
செல்லமாக் வீசும் தென்றல்.
உள்ளம் கவர்ந்த கட்டழகன்.
கொள்ளை அழகு மலர்கள்.
பளபளப்பான நீண்ட கூந்தல்
அக்கூந்தலுக்கு
வி.வி.டி. தேங்காய் எண்ணெய்...
VVD-1/86
V.V.D
COCONUT OIL
MICRO FILTERED PURE
MADE IN INDIA
வி.வி.டி. தேங்காய் எண்ணெய்
இயற்கைக் கூந்தலின் இளமை ரகசியம்
V.V.D



* சாந்தி.



* லலிதா.



* வசந்தா.



* கீதா.



* சகுந்தலா.

இம்மாத

முதல் பரிசு: சுவர்க் கடிகாரம்

கோதுமை தயிர் வடை

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி மாவு — 2 கப்,
புளித்த தயிர் — 1½ கப்,
பொட்டுக் கடலே மாவு — ½ கப்,
ரீபைண்டு ஆயில் (அ) கடலே எண்ணெய்— ¼ லிட்டர்,
டால்டா (அ) வெண்ணெய் — 2 டீஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் — 10,
கடுகு — ½ டீஸ்பூன்,
தேவையான அளவு உப்பு.

செய்முறை:

முதல்நாளே பச்சரிசி மாவைப் புளித்த தயிருடன் சேர்த்து பிசைந்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு மூடி விடவும். மறுநாள் பச்சை மிளகாயை வெண்ணெய் போல் அரைக்கவும். அரைத்த விழுதுடன் முதல் நாள் பிசைந்த மாவு, பொட்டுக் கடலே மாவு, உப்பு சேர்த்து நன்ருகப் பிசையவும். வாணலியை அடுப்பின் மீது வைத்து வெண்ணெயைப் போட்டு உருகியதும் கடுகு போடவும். கடுகு வெடித்ததும் பிசைந்து வைத்துள்ள மாவில் கொட்டிப் பிசையவும்.

ஒரு வெள்ளேத் துணியினை விரித்துப் போட்டு மாவை முறுக்குப் பிழியும் குழலில் இட்டுத் துணியில் சிறிய சிறிய முறுக்காக இடவும். வாணலியை அடுப்பின் மீது வைத்து ரீபைண்டு ஆயிலே ஊற்றிக் காய்ந்ததும் முறுக்கை 5 அல்லது 6 ஆகப் போட்டு எடுக்கவும்.

— கீதா கிருஷ்ணன், கள்ளக்குறிச்சி—2.

இரண்டாம் பரிசு: சூட்கேஸ்

தயிர் கம்படை

தேவையான பொருட்கள்:

கம்பு மாவு — 200 கிராம்,
அரிசி மாவு — 50 கிராம்,
புளித்த தயிர் — 1 கப்,
கடலே எண்ணெய் — 200 கிராம்,

இல்லத்தரசி

முட்டைகோஸ் — 200 கிராம்,
பெரிய வெங்காயம் — 6,
பச்சை மிளகாய் — 10,
கொத்துமல்லித் தழை — ஒரு கொத்து,
சோம்பு — 2 டீஸ்பூன்,
சீரகம் — 1 டீஸ்பூன்,
மிளகாய்த் தூள் — 4 டீஸ்பூன்,
உப்பு — வேண்டிய அளவு.

செய்முறை:

முதலில் கம்பு மாவு, அரிசி மாவு இரண்டையும் சலித்துப் பிறகு ஒரு பாத்திரத்தில் அந்த மாவைப் போட்டு வைத்துக் கொண்டு

பிறகு முட்டைகோஸ், வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கொத்துமல்லித் தழை, புதினா ஆகியவற்றை நன்றாகக் கழுவிய பிறகு பொடிப் பொடியாக நறுக்கி ஏற்கெனவே சலித்து வைத்துள்ள மாவுடன் போட்டு ஒரு கப் தயிரையும் ஊற்றி அத்துடன் உப்பு, மிளகாய்த்தூள், சோம்பு, சீரகம் ஆகியவற்றைப் போட்டு நன்றாகச் சப்பாத்தி மாவு பிசைவது போல் கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ள வேண்டும். தேவைப்பட்டால், கொஞ்சம் தண்ணீர் தெளித்துப் பிசைந்து கொள்ளலாம்.

இம்மாவைச் சிறுசிறு உருண்டைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொண்டு ஒரு பாலிதீன் பேப்பரில் எண்ணெய் தடவி அடை போல் தட்டி இலுப்பச் சட்டியை அடுப்பில் ஏற்றி அது காய்ந்ததும் கொஞ்சம் எண்ணெய் ஊற்றி ஒவ்வொரு அடையாகப் போட்டு 2 நிமிடம் கழித்து அடையைத் திருப்பிப் போட்டு மறுபடியும் கொஞ்சம் எண்ணெய் ஊற்றி மொருமொருவென்று ஆன பிறகு எடுத்துப் பரிமாறலாம். இதற்குத் தக்காளி சட்னி வேண்டுமானால் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

— ஜெ. சகுந்தலா, வேலூர்.

மூன்றாம் பரிசு : மிக்ஸி கம் பீட்டர்

அவல் ஆப்பம்

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 1 லிட்டர்,
கெட்டி அவல் — முக்கால் லிட்டர்,
தயிர் — முக்கால் லிட்டர்,
ருசிக்குத் தேவையான அளவு உப்பு,
சோடா உப்பு — 1 சிட்டிகை.

செய்முறை:

முதலில் அரிசியையும் அவலையும் தனித் தனியாக 1½ மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பிறகு நன்கு களைந்து இரண்டையும் சேர்த்துத் தயிரில் ஊற வைக்கவும். தண்ணீரை நன்கு வடித்துவிட்டுத் தயிரில் ஊற வைக்கவும். நன்றாக ஊறியபின் ஆட்டுரலில் போட்டு ஆட்டி நைஸாவதற்குக் கொஞ்சம் முன்பு ஒரு பாத்திரத்தில் வழித்துப் போட்டுத் தேவையான அளவு உப்பு, சோடா உப்பு இரண்டும் சேர்த்துத் தண்ணீர் அதிகம் ஊற்றாமல் கலக்கி வைக்கவும். காலையில், தோசைக் கல்லில் தோசை வார்ப்பது போல் கொஞ்சம் மொத்தமாக ஊற்றி சுற்றிவர எண்ணெய் ஊற்றி மூடி வைத்து எடுக்க வேண்டும். இது தேங்காய் ஆப்பம் போல் சுவையாக இருக்கும். இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ளத் தேங்காய் சட்னி சுவையாக இருக்கும்.

— ஜெ. சாந்தி, திருப்பூர்.

ஆறுதல் பரிசு : பிளாஸ்க்

அவல் இட்லி

தேவையான பொருட்கள்:

கெட்டி அவல் — 250 கிராம்,
எண்ணெய் (அ) நெய் — 50 கிராம்,

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டிக்கு நடுவர்களாக இருந்தவர்கள்:
ஜோதி மாதர் சங்கம்,
தி. நகர்,
சென்னை — 17.



(அ) வனஸ்பதி — 50 கிராம்,
புளித்த தயிர் — ¼ லிட்டர்,
பச்சை மிளகாய் — 4 அல்லது 5,
இஞ்சி — 1 சிறிய துண்டு,
கடுகு — 1 டீஸ்பூன்,
கடலைப்பருப்பு — 1 டீஸ்பூன்,
முந்திரிப் பருப்பு — 10 (அ) 12,
கறிவேப்பிலை — 10, 12 இலைகள்,
சோடா உப்பு — 1 சிட்டிகை,
உப்பு — தேவையான அளவு.

செய்முறை:

வாணலியில் அவலை எண்ணெய் விடாமல் சிவக்க வறுத்து ரவை மாதிரி பொடித்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியில் எண்ணெய்விட்டுக் கடுகைப் போட்டு வெடித்தவுடன் முந்திரி, கடலைப் பருப்பையும் போட்டு அவை சிவந்த பின்னர் இஞ்சி, மிளகாய், கறிவேப்பிலை முதலியனவற்றையும் போட்டு வதக்கவும். பின்னர், பொடித்த அவலைப் போட்டு ஒரு சுற்றுக் கிளறி இறக்கவும்.

தயிரில் உப்பைப் போட்டு வறுத்த அவல், மற்றும் சாமான்களையும் போட்டு (சூடாகவே) சோடா உப்பையும் போட்டுக் கரண்டியால் மெதுவாகக் கிளறவும். ஐந்து நிமிடம் கழித்து இட்டிலிப் பானையில் எண்ணெய் தடவி இட்டிலி வார்ப்பது போல் வார்த்து எடுக்கவும்.

சூடான இட்டிலியைச் சட்னி அல்லது கொத்ஸுடன் சாப்பிட்டால் மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

பி. கு.: வதக்கும்போது தக்காளி, வெங்காயம் கூடச் சேர்த்து வதக்கியும் செய்யலாம்.

— லலிதா ஜி. ராமன், சென்னை—4.

ஆறுதல் பரிசு: பிளாஸ்க்

கேரட் லஸ்ஸி

தேவையான பொருட்கள்:

கேரட் — ¼ கிலோ,
சர்க்கரை — ஒரு கப்,
கட்டித் தயிர் — ½ லி,
முந்திரி, திராட்சை, பாயச பருப்பு — சிறிதளவு,
ஐஸ் — ஒரு சிறு கப்,
நெய் — ஒரு ஸ்பூன்,
ஏலக்காய் — 1.

செய்முறை:

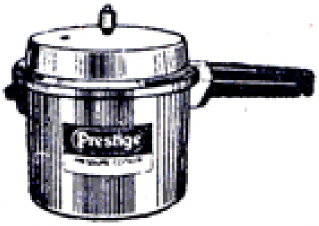
கேரட்டைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிச் சிறிது தண்ணீர் விட்டு நன்றாக வேக வைக்கவும். வெந்தவுடன் மீதமுள்ள தண்ணீருடன் கேரட்டைச் சேர்த்து மிக்ஸி போட்டு நன்றாக அரைக்கவும். குழம்பு போலானவுடன் சர்க்கரை, தயிர் ஊற்றி ஒரு தடவை கூட அரைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் ஐஸ் போட்டு ஊற வைக்கவும். முந்திரி, திராட்சை, பாயச பருப்பு, நெய்யை வாணலியில் ஊற்றி இளம் சிவப்பு நிறத்தில் வறுத்துக் கொட்டவும். ஏலக்காயை நசுக்கிப் போட்டு டம்ளரில் ஊற்றி ஐஸ் போட்டு அருந்தவும்.

— வஸந்தா இமானுவேல், சென்னை—95.

பரிசுப் பொருட்கள்:



எவர்சில்வர், பித்தளை, அலுமினியம் மற்றும்
வீட்டிற்கு தேவையான எல்லாவிதமான பாத்திரங்கள்,
பிரிஸ்டிஜ்,' ஹாக்கின்ஸ், ப்ரீத் மிக்ஸி,
மிக்ஸர்மேட், கேஸ் ஸ்டவ் மற்றும்
பரிசுப் பொருட்கள் முதலியன கிடைக்கும்.



எல்லாவிதமான
பிரஷர் குக்கர், மிக்ஸி
சர்வீஸ் செய்து தரப்படும்

தரமான பொருட்கள்
சரியான விலையில் வாங்க
சிறந்த இடம்:



Estd: 1959

Phone: 443834

சுந்தர் ஸ்டோர்ஸ்

69, உஸ்மான் ரோடு, தியாகராய நகர், சென்னை-600 017
கிளை 68, உஸ்மான் ரோடு, சென்னை-600 017
(ஞாயிறு விடுமுறை)

மங்கையர் விரும்பும் மலர் "கார்டன்"

"ஜிப்ஸி"	GYPSY
Garden®	Garden®
மில் ஷோரூம் D. B. ரோடு, R. S. புரம், கோவை-2.	MILL SHOW ROOM D.B.ROAD, R.S.PURAM, COIMBATORE-2



பனிக்கட்டி பிரதேச

ஸிம்லாவில் நடுக்கும் குளிர். பனிக்கட்டியாக உறைந்திருக்கும் பிரதேசம். ஹிமாசலப் பிரதேசம் ஸிம்லாவில் அந்தப் பெண் சுமன் ரவாத் குளிர்நாட்களில் வேறு இடங்களுக்குச் சென்றும், விடாமல் தம் ஓட்டப் பந்தயப் பயிற்சியைத் தொடர்ந்தாள். ஸிம்லா ஆர். கே. எம். வி. கல்லூரியில் பி. ஏ. பட்டமும் பெற்றாள். அவருக்கு விளையாட்டின் மீதுள்ள மோகத்தினால் பாட்டியாலாவிலுள்ள தேசிய விளையாட்டுக் கழகத்தில் பயின்று அங்கு பட்டமும் பெற்றவள்.

''ஸிம்லாவில் உங்களுக்கு ஓட்டப் பந்தயப் பயிற்சிக்குப் பல நாட்கள் இடைஞ்சல் ஏற்படுமே?''

''நான் அதைப் பொருட்படுத்துவதாயில்லை. ஓட்டப் பந்தயத்தில் கலந்து கொள்ள வந்ததே ஒரு திருப்பு முனை. நான் ஹாக்கி விளையாட்டில் முழுமூச்சாக ஈடுபட்டுக் கொண்டிருந்தவள். எனக்கு ஹாக்கி சர்வ தேசப் பந்தயத்தில் கலந்து கொள்ளும் தேர்வில் நிராகரிக்கப்படவே மனம் ஒடிந்து போனேன். விரக்தியில் என் கவனத்தை ஓட்டப் பந்தயத்தில் திருப்பினேன். ஜாகர்தாவில் 3000 மீட்டர் ஓட்டப் பந்தயத்தில் எனக்கு வெண்கலப் பதக்கம் கிடைத்தது. இது ஒரு தேசிய ரிகார்டாக அமையவே, ஹிமாசலப் பிரதேச அரசு, மாவட்ட விளையாட்டு அதிகாரியாக எனக்கு உத்தியோகம் கொடுத்தது!''

சுமன் ரவாத்தின் ஆசை ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டிகள் நடக்கும் ஸியோலில் தங்கப் பதக்கம் பெறவேண்டும், இந்தியாவில் கீதாவின் 4.19 ரிகார்டை ஓட்டப் பந்தயத்தில் முறியடிக்க வேண்டும் என்பதுதான்.

கோவை தேசியப் பெண்கள் சாம்பியன் போட்டியில் முதல் 1500 மீட்டர் ஓட்டப் பந்தயத்தில் தங்கப் பதக்கத்தை முதல் அமைச்சர் எம். ஜி. ஆர். அவர்களின் மனைவியார் ஜானகிராமச்சந்திரனால் சூட்டப்பட்டு மகிழ்ந்தவர். 800 மீட்டர் ஓட்டப்பந்தயத்திலும் சுமன் ரவாத்துக்கு மற்றொரு தங்கப் பதக்கம் கிடைத்தது. மூன்றாவது தங்கப் பதக்கம் 3000 மீட்டர் ஓட்டப் பந்தயத்தில்! 'ஹாட்ரிக் வெற்றி!'

தேசியப் போட்டியின் தொடக்கம்

1975ம் வருஷம் சர்வதேசப் பெண்மணிகள் ஆண்டு. இந்த வருஷத்தில்தான் முதல் பெண்கள் தேசிய விளையாட்டுப் போட்டிகள் தொடங்கப்பட்டது, தில்லியில்! இது வரை ஒன்பது பெண்கள் தேசியப்போட்டிகள் முடிவடைந்து விட்டன. பத்தாவது தேசியப் பெண்கள் விளையாட்டுப் போட்டிகளை நடத்தும் பொறுப்புத் தமிழக விளையாட்டுத் துறை கார்ப்பரேஷன், தமிழக விளையாட்டுத் துறை டைரக்டரேட்டுக்கு வழங்கப்பட்டது. கோவையில் இந்தப் பிரும்மாண்டமான பெண்கள் போட்டியைக் கோவை நகரத் தொழில் அதிபர்களின் ஒத்துழைப்போடு நடத்த முன்வந்தனர் திரு. சிவந்தி ஆதித்தனும், திரு. நாகராஜன் ஐ. ஏ. எஸ். ஸும்.

கோவையில் டிசம்பர் 27ந் தேதியிலிருந்து 31ந்தேதி வரை நடைபெற்ற பெண்கள் தேசிய விளையாட்டுப் போட்டித் தொடக்க விழாவைத் தமிழக முதல்வர் எம். ஜி. ஆர். தொடங்கி வைத்தார். கோவை நேரு ஸ்டேடியத்தில் லட்சத்துக்குமேல் மக்கள் குழுமி நிர்வாகிகளைத் திணற அடித்தனர். 2500 விளையாட்டு வீராங்கனைகள் 25 மாநிலங்களிலிருந்து வந்து 14 போட்டிகளில் பங்கேற்றது ஒரு ரிகார்டு.

உயரம் தாண்டலில் தமிழகத்துக்கு ஒரு தங்கம்!

பதினேழு வயதும் ஒல்லியான தேகமும் படைத்த மேரி சலினா பிரின்ஸ் கோவையில் உயரம் தாண்டலில் தங்கப் பதக்கம் பெற்றது தமிழகத்தின் பெருமையை உயர்த்திவிட்டது! பாளையங்கோட்டை சாராடெக்கர் கல்லூரியில் பி. காம். முதலாண்டு மாணவி.

சாம்பியன் விருது தமிழ்நாட்டுக்கு!

புது வருஷப் பரிசாகத் தமிழ்நாட்டுக்கே



சாம்பியன்

சாம்பியன் பட்டம் கிடைத்தது தனிச் சிறப்பு. டென்னிஸில் டீம் சாம்பியன் போட்டியில் ஒரு தங்கம் கிடைத்தது. கூடைப் பந்தாட்டத்திலும் வாலி பாலிலும் தமிழகப் பெண்கள் தங்கப் பதக்கங்களைப் பெற்றது மற்றொரு பெருமை. அதலெடிக் போட்டிகளில் தமிழகப் பெண்கள் 93 பாயிண்ட்கள் பெற்று முதலிடத்துக்கு வீறு நடை போட்டனர். தமிழகம் சாம்பியன் விருதைப் பெற 13 தங்கப் பதக்கங்கள், 11 வெள்ளிப் பதக்கங்கள், 7 வெண்கலப் பதக்கங்களைப் பெற்றதினால் எண்ணிக்கை பெருகியது.

சென்னைக்கும் ஒரு வாய்ப்பு!

கோவை வாசிகளுக்கு மட்டும் பெண்கள் தேசியப் போட்டிகளைப் பார்வையிடும் வாய்ப்புக் கிட்டினால் போதுமா? சென்னைக்கும் ஒரு வாய்ப்புக் கிடைக்க, நீச்சல், கால்ஃப் போட்டிகள் சென்னையில் அண்ணா நீச்சல் குளத்திலும், காஸ்மாபாலிடன் மைதானத்திலும் நடந்தன.

நீச்சல் போட்டிகளில் இரு தங்கப் பதக்கங்களைச் சூடியவர் ரமாநரசிம்மன். இவர் தென்னக ரயில்வே உயர் அதிகாரி நரசிம்மனின் புதல்வி.

இவரது நீச்சல் உடையில் படங்களை எடுக்கப் புகைப்பட நிபுணர்கள் மொய்த்த போது, ரமாவின் அன்னை, ''தயவு செய்து முழு உடையில் படம் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்! ரமாவுக்குக் கல்யாணம் நிச்சயித்தால், மணமகனைத் தேடும்போது அது பிரச்னையாக உருவாகி விடக் கூடாது!'' என்று கேட்டுக் கொண்டார். ஒரு வீராங்கனைக்கு அம்மாவானாலும் தாயுள்ளம் மாறாது போலிருக்கிறது!

சென்னை காஸ்மாபாலிடன் கால்ஃப் மைதானத்தில் நடைபெற்ற கால்ஃப் போட்டிகளில் தில்லி, தமிழகம் மட்டுமே பங்கேற்றன! ஒன்று, தங்கம், மற்றொன்றுக்கு வெள்ளி!

கால்ஃபில் தங்கம் சூடிய ரேணு அலுவாலியா திருமணமாகி இரு குழந்தைகளுக்குத் தாயார். ஆனாலும் அவருக்குக் கால்ஃப் ஆட்டத்தில் உள்ள ஆசை குறையவில்லை. இவருக்கு வாலிபால் ஆட்டத்திலும் திறமை உண்டாம்.

தமிழகக் குழுவில் அருணா குழந்தைவேலு ஒரு 'Stroke' ல் வெள்ளிப் பதக்கம் இழந்து வெண்கலப் பதக்கம் சூடும்படி ஆயிற்று! தமிழகக்குழுவில் தலைசிறந்த ஆட்டக்கலைஞர்களான ஸ்ரீமதி லலிதா, சுமதி, மாலினி பங்கேற்காதது தங்கப்பதக்கங்களை இழக்கும்படி ஆயிற்று!

கோவையின் உபசரிப்பு...

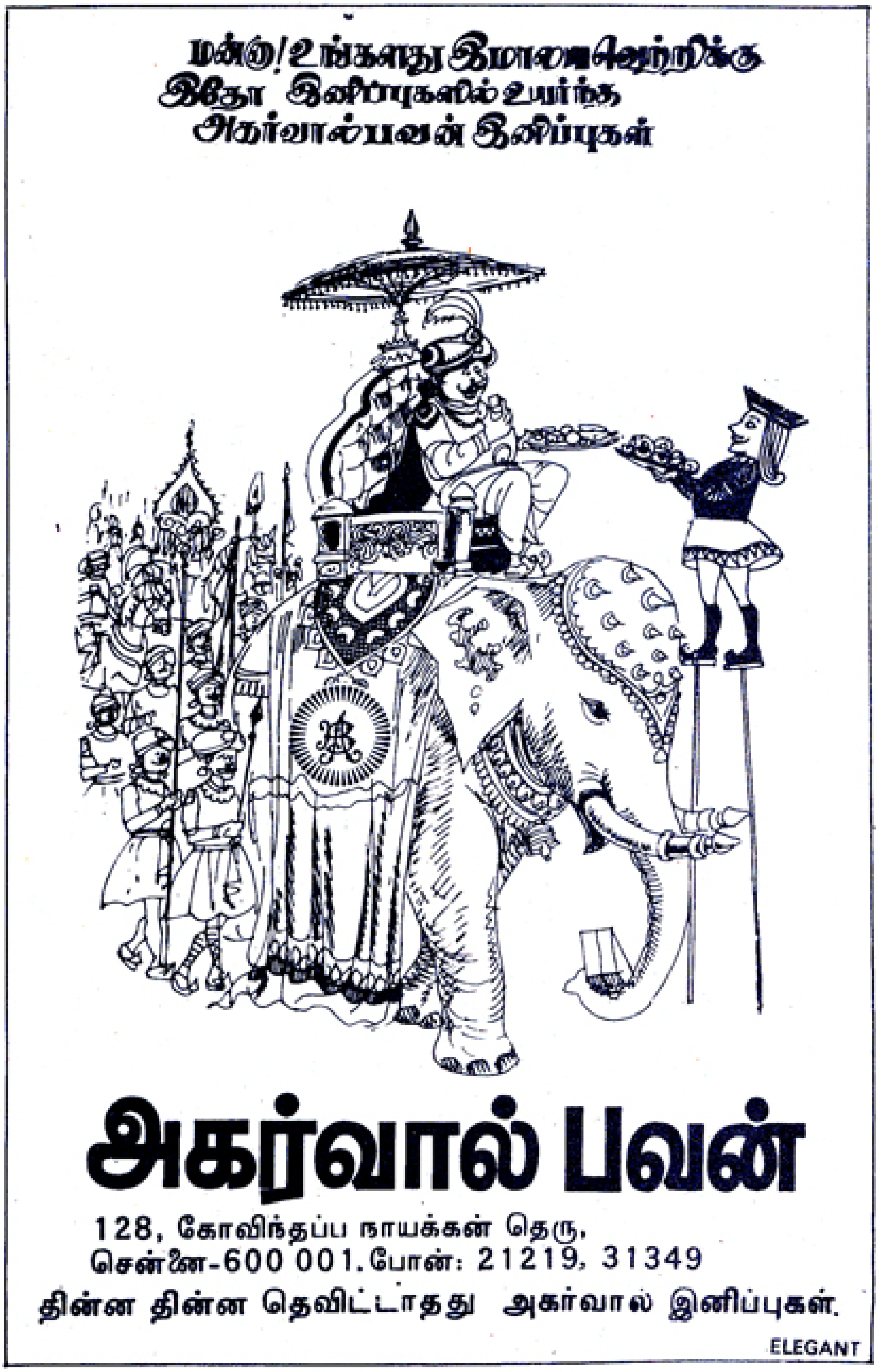
கோவையில் 2500 விளையாட்டு வீராங்கனைகளுக்கும் வசதியான தங்குமிடமாக அமைந்தன ஜியார்ஜி கல்வி நிறுவன பிரும்மாண்டக் கட்டடங்கள். கண்டிப்புக்கும் நிர்வாகத்துக்கும் புகழ்பெற்ற ஸ்ரீமதி சந்திரகாந்தி கோவிந்தராஜுலுவிடம் இந்த முக்கியப் பொறுப்பு ஒப்படைக்கப்பட்டிருந்தது. ஜியார்ஜி கல்லூரி ஆசிரியைகளும், பணியாளர்களும் ஓடியாடி 25 மாவட்டக் கலைஞர்களுக்கும் விருந்துபசரிப்புச் செய்து தமிழகப் பண்பாட்டினை, விருந்தோம்பலை நிரூபித்தனர்.

ஸ்ரீமதி சந்திரகாந்தி கோவிந்தராஜுலு அவர்களிடம் பேசிக் கொண்டிருந்தபோது, ''பிற மாநிலங்களைச் சேர்ந்த விருந்தினர்கள் மனம் கோணாது கௌரவப்பதில கோவை தயங்காது என்பதற்காக ஒழுங்கையும் கட்டுப்பாட்டையும் அமுல்படுத்திச் செயல்படுத்தினோம். எங்கள் ஜியார்ஜி கல்வி நிறுவனங்களில் பெண்களுக்காகவே ஒரு விளையாட்டுப் பள்ளி இயங்கி வருகிறது. வருஷம் தோறும் நூறு மாணவிகளைச் சேர்த்துக் கொள்கிறோம். தமிழக அரசு கொடுக்கும் மான்யத்தோடு எங்கள் ஜியார்ஜி அறக்கட்டளையிலிருந்தும் நிதி உதவி அளித்து அவர்களைப் போஷித்து வருகிறோம்.'' என்று விவரித்தார்.

முதல்வரின் பெருந்தன்மை

தமிழகத்துக்கு விஜயம் செய்யும் அத்தனை விளையாட்டுக்களில் ஒரு சிலருக்கே வெற்றி வாய்ப்பினால் பரிசு கிடைக்கலாம். ஆனால் எல்லோருடைய மனத்தையும் திருப்திப் படுத்த ரூபாய் இரண்டு லட்சம் வழங்கி, ஒவ்வொரு விளையாட்டுக் கலைஞருக்கும் எவர்சில்வர் டிபன் காரியரும், எவர்சில்வர் தட்டும் வழங்கியது எல்லோர் மனத்தையும் நெகிழச் செய்துவிட்டது! கோவை மக்களின் விளையாட்டு ஈடுபாட்டைக் கண்டு முதல் நாள் வைபவத்தில் முதல்வர் மூன்று மணி நேரத்துக்கு மேல் நேரு ஸ்டேடியத்தில் இருந்தது கோவை மாவட்ட மக்களைத் துள்ள வைத்தது!

— பி. எஸ். மணி.


மன்று! உங்களது இமாலய வெற்றிக்கு
இதோ இனிப்புகளில் உயர்ந்த
அகர்வால்பவன் இனிப்புகள்
அகர்வால் பவன்
128, கோவிந்தப்ப நாயக்கன் தெரு,
சென்னை-600 001. போன்: 21219, 31349
தின்ன தின்ன தெவிட்டாதது அகர்வால் இனிப்புகள்.
ELEGANT



படிக்க வேண்டாம்

அன்றாட வாழ்க்கை டென்ஷன், வருத்தம், சோர்வு... இவைகளிலிருந்து விடுபட்டு, வாழுங்கள் மகிழ்ச்சியாக!

என்கிறார் சென்னைப் பல்கலைக்கழக மனோதத்துவ இயல் தலைமைப் பேராசிரியர் டாக்டர் கே. வி. காழியப்பன்...

ஆம், படித்தவரெல்லாம் அறிவாளிகள் அல்ல. படிப்பதை அன்றாட வாழ்க்கையில், பயன்படுத்த முடியாதவர்கள் படிக்காதீர்! கால விரயம்!!

மனோதத்துவம் படித்தவரில் மிகப் பலர் அதனைப் பயன்படுத்த முடிவதில்லை.

இங்கு படிப்பதைப் பயன்படுத்த முடிந்தவர் படியுங்கள். மற்றவர் வேண்டாம். தயவு செய்து வேண்டாம். நாகரிகம், ஜனத்தொகைப் பெருக்கம், நகரங்கள் (நரகங்கள்?) மனிதனுடைய துன்பச் சுமையை அதிகரித்துக் கொண்டே வருகின்றன. துன்பச் சுமையைக் குறைக்க ஒரே வழி மனோதத்துவத்தைப் பயன்படுத்துவதுதான்.

சரித்திரத்தில் — இடம் பெற்ற பெரியவர்கள் (உண்மையான ஒவ்வொருவரும் மனோதத்துவத்தைப் பயன்படுத்தினர். நீங்கள் அறிந்ததுதான். இருந்தாலும் சொல்லுகிறேன். நான் சொல்லப் போகும் மனோதத்துவ வழிமுறைகளைக் கடைப்பிடிக்கத் தயாராக இல்லாதவர்கள், இப்பொழுதாவது விலகிக் கொள்ளுங்கள். எதற்கு வம்பு? படித்துத்தான் தீருவேன் என்று அடம்பிடிக்கிறீர்களா? ஊம். சரி. படிப்பதைக் கடைப்பிடிப்பது சுலபமில்லை. காலையில் காப்பி குடிப்பவர்கள், எங்கே, ஒருநாள் குடிக்காமலிருந்து பாருங்கள். எவ்வளவு சிரமம்? படித்ததைப் பயன்படுத்தாத பழக்கமுடையவர்கள் அதனை மாற்றிக் கொள்வது மிகவும் கஷ்டம்.

உடல்வியாதிகள், மனக்கஷ்டங்கள் பொதுவாக எல்லோருக்கும் வருகின்றன. யாரிடம் ஆலோசனை கேட்பது? எந்த வியாதிக்கு யாரிடம் சிகிச்சை செய்து கொள்வது? சிக்கலான விஷயம். பொது மக்களில் சிலர் மந்திரம், ஜோசியம், கோயில், நாட்டு வைத்தியம் இப்படிப் பல இடங்களுக்குச் செல்கின்றனர். நவீன வைத்தியம் பார்ப்பவர்களில் யாரிடம் செல்வது? முதலில் நமக்கு உள்ள கஷ்டங்கள் உடல் பற்றியவையா? மனம் பற்றியவையா? என்று எப்படித் தெரிந்து கொள்வது?

60%—க்கு மேற்பட்ட மனத்துன்பங்கள் உடல் வியாதிகளாகத்தான் கருதப்படுகின்



கோகுலம்
பிப்ரவரி 86



இப்போது பரபரப்பாக விற்பனையாகிறது!

* ஸி. சுப்பிரமணியம் — என் குழந்தைப் பருவம்



* மகாராஜா பிரதாப சிம்மன் — 16 பக்க வண்ணப்படக் கதை.



* புதைத்து வைத்த செம்பு — குழந்தைக் கவிஞர்

மற்றும் பிருந்தாவனம் தம்பி, தங்கைகளின் அருமையான படைப்புக்கள்.

றன என்று ஆராய்ச்சிகள் காட்டியுள்ளன. மனத்துன்பத்தை உடல் வியாதி என்று நம்பி, பல ஆயிரக்கணக்கில் பணம் செலவழிப்பவர் பலர்.

1. பயந்த சுபாவமும், திட மனமும் இல்லாதவர்கள் பெரும்பாலும் துன்பச் சுமைக்கு ஆளாகிறார்கள்.

2. திரும்பத் திரும்பத் தோல்விகளும், கஷ்டங்களும் வரும்போது பலர் துன்பச் சுமைக்கு ஆளாகிறார்கள்.

உதாரணம்:

I குடும்பத்தில் கணவனாலோ, மாமியாராலோ மிகுந்த தொல்லைக்கு ஆளாகும் ஒரு இளம்பெண் அடிக்கடித் தலைவலிக்கு உள்ளாகிறாள். அதே பெண் தனது தாய் வீட்டிற்குச் சென்று தங்கும்போது தலைவலி அதிகம் வருவதில்லை. இத்தகைய தலைவலிக்கு அடிக்கடி மாத்திரைகள் சாப்பிடுவது ஒரு உபசாந்தமான வைத்தியமே. மாத்திரை உடம்பில் வேலைசெய்யும் வரை தலைவலி இருக்காது. பின்பு பழைய கதைதான். இத்தலைவலியை உடல் வியாதி என்று நம்பி, டாக்டரிடம் நடந்து கொண்டிருந்தால், இதற்கு விமோசனமே இல்லை. மனத்தினால் ஏற்படும் தலைவலி இது என அறிந்து மனோதத்துவ வைத்தியம் செய்து கொள்வதே புத்திசாலித்தனம்.

II பேங்கில் வேலை பார்க்கும் ஒரு பெண். சில மாதங்களாகக் கை சரியாக எழுத வருவதில்லை. எழுதுவது மிகச் சிரமமாக இருக்கிறது. சிறிதுநேரம் எழுதினாலே கையில் அதிக வலி தோன்றுகிறது. கையெழுத்து கோணல் மாணலாக இருக்கிறது. இது போன்ற சிலருக்குக் கைநடுக்கம் இருக்கும். இன்னும் சிலருக்குப் பேனா கையிலிருந்து பிடிப்பில்லாமல் நழுவி விழுந்து விடும். இத்தகையோர் பேனாவைப் பிடித்து எழுதுகின்ற நிலை மிகவும் அசாதாரணமாக இருக்கும். இவர்கள் தமக்கு உடல் வியாதி என்று நம்பி வைத்தியம் பார்ப்பது வீண் சிரமம். மனோதத்துவ வைத்தியமே முழுப் பலன் அளிக்கும்.

III ஹிஸ்டீரியா என்பது பெண்களுக்கே அதிகமாக வரும் மனச்சிக்கல். ஹிஸ்டீரியா பல வகையான உடல் வியாதிகள் ரூபத்தில் வெளிப்படும். காக்காய் வலிப்பு வியாதி போன்று ஒரு பெண் அடிக்கடி மயங்கி விழலாம். ஆனால் நரம்பியல் மருத்துவரிடம் பரிசோதித்தால், அவர் இது காக்கை வலிப்பு வியாதியே அல்ல என்று ஆணித்தரமாகக் கூறுவார். இத்தகைய ஹிஸ்டீரியா வியாதியை மனோதத்துவ முறைகளால்தான் குணப்படுத்த முடியும்.

உடல் வியாதியா? மனச்சிக்கலா என்று அறிந்த பிறகு மனச்சிக்கலாக இருந்தால் யாரிடம் சிகிச்சை செய்வது என்பது கேள்வி.

மனச்சிக்கலைத் தீர்ப்பதற்குப் பல சிகிச்சை முறைகள் இருக்கின்றன, மருந்து மூலம் மனச் சிகிச்சை, மருந்தே இல்லாத மனச் சிகிச்சை என இரு வகைகள் உண்டு. மருந்தே இல்லாத மனச்சிகிச்சை என்பது வியப்பைத் தருகிறதல்லவா?

(அடுத்த மாதம் அது என்ன என்று பார்க்கலாம்.)

ஒளிர்வோ

சுபா

ஒரு முதலிரவின் சகல ஏற்பாடுகளும் அந்த அறையில் கச்சிதமாயிருந்தன. மறைவிடங்களிலிருந்து உயர் ரக ஊதுபத்திகளின் வாசனைச் சுருள்கள். கட்டிலில் கசங்கிய மலர்கள். உறை போடாமல் போர்த்திய மெத்தைகள். ஜன்னலை மூடும் திரைச்சீலைகள்.

காத்திருக்கும் ரகுநந்தன்.

மீரா கதவைச் சாத்திவிட்டு மெல்ல அவன் அருகில் வந்தாள். பால் செம்பை அவனிடம் கொடுத்துவிட்டு நமஸ்கரித்தாள்.

"என்னை உனக்குப் பிடிச்சிருக்கா மீரா?"

"ம்" மீரா முனகலாய்ச் சொன்னாள். இப்போதே இவனிடம் கேட்டுவிடலாமா? வேண்டாம், கொஞ்சம் நேரம் போகட்டும்.

"நிமிர்ந்து பார்த்துத்தான் சொல்லேன்."

அப்படியே அவன் மார்பில் சாய்ந்து கொண்டாள். "பிடிக்காமத்தான் கழுத்தை நீட்டினேனா? பிடிக்காமத்தான் இப்ப...."

"இப்ப?"

"ச்சீ." இப்பொழுதாவது கேட்கலாமா?

"இந்த ராத்திரியைப் பத்தி நீ யோசிச்சிருக்கியா மீரா?"

"ம்ம்."

"என்ன நெனச்சே?" அவள் முகவாயைப் பிடித்து நிமிர்த்தினான் ரகுநந்தன்.

"காலைல ஆயிரம் பேருக்கு நடுவில மனசு விட்டுப் பேச முடியாது. நாளைலேர்ந்து ரெண்டு பேரும் சேர்ந்து வாழ்க்கையை ஆரம்பிக்கணும். ஒருத்தரைப் பத்தி ஒருத்தர் எப்பத்தான் தெரிஞ்சுக்க முடியும்? புருஷன், பொண்டாட்டியைத் தனியா விட்டு மனசை விட்டுப்பேசிக்க செய்யற ஏற்பாடுதான் இந்த ஃபர்ஸ்ட் நைட் சமாச்சாரம். அமைதியாய் பேசறதுக்கு இதைவிட நல்ல நேரம் கெடைக்காது."

"அட, அப்படிக்கூட ஒண்ணு இருக்கா? மனசு விட்டு என்ன பேசணும் சொல்லு."

இப்பொழுது கேட்டுவிடலாம் என்று மீரா தீர்மானித்தாள். "நம்ம கல்யாணத்துக்கு உங்க வீட்ல திருச்சி, மன்னார்குடிலேர்ந்தெல்லாம் உறவுக்காரங்க வந்தாங்க. ஆனா முக்கியமான ஒருத்தர் வரலையே, ஏன்னு நான் கேட்பேன், நீங்க பதில் சொல்லுங்க. அந்த மாதிரி மனசு விட்டுப் பேசறதுதான்."

ரகுநந்தன் முதுகு சட்டென்று விறைப்பானது.

"யாரைச் சொல்றே நீ? கணேசனைத் தானே?" குரல் மெதுவாய் வந்தது.

"ஆமாம்."

"உங்கிட்டே ஏற்கெனவே சொல்லியிருக்கோமே மீரா. அவன் வந்தான்னா ரொம்பக் கஷ்டம். கல்யாணத்துல வந்து ஏதாவது அசம்பாவிதமா செய்ஞ்சிட்டா என்ன செய்வோம்?"

குறுநாவல்

கனவுகள்

''அதுக்காக? சொந்தத் தம்பி கல்யாணத்துக்குக் கூட அவர் வரக் கூடாதுன்னு நிறுத்திடறதா?''

''மீரா நீ அவனைப் பத்தி இன்னும் சரியாப் புரிஞ்சிக்கலே. வயசு முப்பத்திரண்டு ஆகுதே தவிர மூளை அவனுக்கு வளராம நின்னுப் போச்சு. சின்னக் குழந்தை மாதிரி அவன் அடம் பிடிக்க ஆரம்பிச்சா யாராலயும் சமாதானப்படுத்த முடியாது. சபைல வந்து அத்தனை பேருக்கும்நடுவில அம்மாவைப்போட்டு அடிக்கக் கௌம்பிட்டான்னு, என்ன செய்யறது?''

''அடிப்பாரா என்ன?''

''நான்தான் சொன்னேனே கணேசனைப் பத்தி உனக்கு முழுசாத் தெரியாதுன்னிட்டு.''

''அவரும் நம்ம கூடத்தானே இருக்கப் போறாரு?''

''ஆமா, ஏன்?''

''மத்தவங்களைப்பத்திப்புரிஞ்சுக்கலேன்னாலும் பரவாயில்லே. அவரைப் பத்தி எனக்கு ஒழுங்காத் தெரிஞ்சாத்தானே நான் தயாராயிருக்க முடியும்?''

''இப்பப் பேசணுமா மீரா?''

''பேசிட்டா நல்லதுங்க. இல்லாட்டி முள்ளு மாதிரி அது மனசில உறுத்திட்டேயிருக்கும். என்னால சந்தோஷமா ஈடுபட முடியாது.''

ரகுநந்தன் மடியில் மல்லாந்திருந்த மீராவின் கன்னங்களை வருடிக் கொண்டே சொல்ல ஆரம்பித்தான்.

''எங்க அப்பாவுக்கு மொத்தம் நாலு பசங்க. ரெண்டு பிள்ளை, ரெண்டு பொண்ணு. கணேசன்தான் மூத்தவன். நான் நெக்ஸ்ட். எனக்கப்புறம் பங்கஜமும், நீரஜாவும். அப்பாவுக்கு இந்த ஊர்லேயே நூறு தறிக்கு மேலே இருக்குது. எக்கச்சக்க செல்வாக்கு. ரோடுல வண்டிலே போனா பாக்கறவன் முண்டாசை அவுத்து இடுப்புல கட்டுவான். அத்தனை மரியாதை. அவரு படிக்கலே. குழந்தைங்களையாவது ஜாம் ஜாம்னு படிக்க வைக்கணும்னு ஆசை. ஸ்கூல் முடிச்சதும் கணேசனை மெட்ராஸ் காலேஜ்ல சேத்துவிட்டாரு. மாசம் முன்னூறு நானூறுன்னு ஹாஸ்டலுக்கு அனுப்புவாரு. மொதல் வருஷம் வரைக்கும் ஒழுங்காத்தான் படிச்சான். அப்புறம்தான் சனியன் புடிச்சது. அவன் கூட ரூம்ல இருந்த பையன் சாமி, பஜனைன்னு ஏதேதோ சொல்லி அவன் மனசைக் கலைச்சிட்டான்.

ஞானமார்க்கம் அது இதுன்னு கண்ட புக்ஸை அப்பா அனுப்பற பணத்திலே வாங்கி ரூம் பூரா மாட்டிட்டான். போறுதுன்னு தாடி தாடியா நெறைய சாமியார் ஃபோட்டோங்க. எப்பவும் எண்ணெய்விட்டு எரிக்கிற விளக்கு, எலுமிச்சம்பழம்னு ரூமையே ஒரு சின்ன மடம் மாதிரி மாத்திட்டான். படிப்பில கவனம் குறைஞ்சு போயிடிச்சு. காலேஜ்லேருந்து அப்பாவுக்கு லெட்டர் வந்திடுச்சு. போய்ப் பார்த்த அப்பா ஷாக் ஆயிட்டாரு. ரூம்ல இருந்ததை எல்லாம் தூக்கிப் போட்டுட்டு அவனை ஊருக்கு இழுத்திட்டு வந்திட்டாரு. இங்கே வந்தும் அவன் மாறலே. ஒரு மெழுகுவர்த்தியை ஏத்தி வச்சுக்கிட்டு அந்த ஜ்வாலையையே வெறிச்சிட்டிருப்பான். 'படிப்பாவது, பணமாவது எல்லாம் வேஷம். ஆத்ம நிம்மதிக்கு ஆனந்த சுவாமிஜி சொன்னபடி செய்வோம்' னுல்லாம் தூக்கத்தில பேத்த ஆரம்பிச்சுட்டான்.

சூன்யம் வச்சிருப்பாங்கன்னாங்க. மோகினி அடிச்சிருச்சுன்னாங்க. வீட்ல ஏகப்பட்ட மந்திரவாதிங்க. திரும்பற எடமெல்லாம் வேப்பிலே. கொஞ்சம் அடங்கின மாதிரி தெரிஞ்சான். மறுபடியும் மெட்ராஸுக்கு அனுப்பினாரு அப்பா. இந்தத் தடவை ஸிங்கிள் ரூமாப் போட்டு அவனை கவனிச்சுக்கச் சொன்னாரு. வாரம் ஒரு தடவை பஸ்ஸைப் பிடிச்சிட்டு மெட்ராஸுக்கு ஓடிடுவாரு.

பூஜை எலுமிச்சைன்னு பழையபடி போகலேயே தவிர கணேசனுக்கு சுத்தமா படிப்பிலே பூஜ்யமாயிடுச்சு. எக்ஸாம் ஹாலுக்குப் போகவே இல்ல. ஹால் டிக்கெட்டை தூள் தூளாக் கிழிச்சுப் போட்டுட்டான். அப்பா மனசு தளராம செப்டம்பருக்கும் பணம் கட்டி கூடவே இருந்து பார்த்தாரு. புஸ்தகத்தையே தெறக்காம ராத்திரி எழுந்து எலுமிச்சை ஒண்ணுக்கு நமஸ்காரம் பண்ண ஆரம்பிச்சுட்டான். என்னடா இது, மறுபடியும் வேதாளம் கதையாகுதேன்னு படிப்பை அப்படியே நிறுத்திட்டு, அப்பா அவனை ஊருக்கு இழுத்திட்டு வந்திட்டாரு.

ஒண்ணரை வருஷமா இப்படியேதான் இருக்கான். போகாத கோவில் இல்ல. மந்திரம் போடாத ஆள் இல்ல. ஒரு சைக்கியாட்ரிஸ்ட்கிட்டகூட அழைச்சிட்டுப் போனாரு அப்பா.

நான் பைத்தியமில்லே..... நான் பைத்தியமில்லேன்னு சத்தம் போட்டுக்கிட்டு ரிக்ஷா

பருப்பு வேகும்போது சிறிது அளவு இஞ்சியையும் போட்டு வேகவிட்டால் ரசம், சாம்பார் மிகவும் வாசனையாக இருக்கும். பெருங்காயம் போடத் தேவை [illegible] இஞ்சியைத் துருவி [illegible] யாமல் தயிர் சாதத்திற்குத் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

— ஜெயலட்சுமி

புளித்த தோசை மாவில் சிறிது ஓமம், வரட்டு பச்சரிசி மாவு போட்டு நன்ருகக் கரைத்துக் கொண்டு அடுப்பில் வாணலியை வைத்துச் சிறிது எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு தாளித்ததும் கரைத்து வைத்துள்ள மாவை ஊற்றி நன்ருக இறுகும்வரை கிளறவும். ஒரு தட்டில் சிறிது எண்ணெய் தடவி இறுகிய மாவைக் கொட்டி ஆறிய பிறகு நமக்குப் பிடித்த விதத்தில் வில்லை களாகப் போடவும். இது ஒருவித சுவையுடன் இருக்கும். தோசை மாவு என்று இல்லை. இட்லி மாவிலும் இதைச் செய்யலாம்.

— ஜெயலட்சுமி.

லேர்ந்து எறங்கி ஓடிட்டான். அந்த டாக்டர் வீட்டுக்கு வந்தப்பகூட வௌக்குமாத்தை எடுத்து காமிச்சு வெளில போடான்னு கத்திஞன். இனிமே அவனுக்கு எப்ப சரியாகுமோ யாருக்குத் தெரியும். இல்ல ஒருவேளை கடைசி வரைக்கும் இப்படியே இருந்திடுவாஞே என்னவோ. வெறும் பைத்தியமா இருந்தாக் கூட சமாளிச்சுடலாம். அவனுக்கு முரட்டுக் குணம் வேறே ஜாஸ்தியாயிருக்கு. எப்ப கோபம் வரும், எதுக்குக் கோபம் வரும்னு யாருக்கும் தெரியாது.

ரோடுல நாலு பேர் சேர்ந்து நின்னு சிரிச்சிடக்கூடாது. உடனே தன்னைத்தான் கேலி பேசருங்கன்னு நெனைச்சிடுவான். கைல கிடைக்கிறதை தூக்கிப் போட்டு நொறுக்குவான். எல்லாரும் உக்காந்து சாப்பிட்டுக் கிட்டிருப்போம். ஏன் என் தட்டுலகொறைச்சு போட்டேன்னு அம்மாகிட்ட கத்திட்டு அப்படியே த்ட்டை எடுத்து அவங்க மேலே விசிறிடுவான். இப்பல்லாம் அவன் கூட உக்காந்துகூட நாங்க சாப்பிடறதில்லே. யார் மேலே கோபம் வந்தாலும் நேரே அம்மா கிட்டதான் ஓடுவான். அவங்க மயிரைப் பிடிச்சு இழுத்து அடிச்சுத் துவைச்சிடுவான். யாராச்சும் கண்ட்ரோல் பண்ணி அவனைப் பிடிச்சு இழுத்திட்டா அவ்வளவுதான். ரூமில போய்ப் பூட்டிக்கிட்டு தன்னைத்தானே பெல்ட்டாலே அடிச்சிப்பான். சுவத்தில முட்டிப்பான். உடம்பெல்லாம் ரணமா வந்து அம்மா மடில விழுவான். இந்த துக்கத்திலே அப்பா கண்ணை மூடிட்டாரு.

இவன் வீட்ல இருந்தா ஆபத்து. ஆஸ்பத்திரியிலே சேர்த்திடலாம்னு எவ்வளவோ சொல்லிட்டோம். அம்மா குறுக்க விழுந்து மறிக்கிருங்க. நான் உயிரோட இருக்கற வரைக்கும் என் குழந்தையை கண்டவங்க பொறுப்பில விடமாட்டேன்னு அடம் பிடிக்கிருங்க.

இவனைப் பத்தி தெரிஞ்சவுடனேயே எனக்கு வந்த நாலஞ்சு வரன் தள்ளிப் போச்சு. இருந்தாலும் நான் ரொம்ப கண்டிப்பா சொல்லிட்டேன், என்னைக் கட்டிக்கறவளுக்கு உண்மை தெரிஞ்சிருக்கணும்னு.

"ஏன் மீரா கண் கலங்கறே? இவ்வளவு பிரச்னை இருக்கற எடத்தில கழுத்தை நீட்டிட்டோம்னு பயமா இருக்கா?"

ரகுநந்தன் மீராவின் காதோரம் ஒதுங்கியிருந்த மயிர்ச் சுருளை ஒற்றை விரலால் சுருட்டிக்கொண்டே கேட்டான். அவன் பட்டு வேட்டியில் இறங்கும் மீராவின் கண்ணீரை கண்டுவிட்டான்.

"இல்லேங்க" என்ருள் மீரா உடைந்த குரலில். "நான் சந்தோஷப்படறேங்க. மனசு சரியில்லாத ஒருத்தரை என் பொறுப்பில கவனிச்சுக்கறதில எனக்குப் பெருமை தாங்க."

"என்ன மீரா சொல்றே?"

"ஆமாங்க. கணேசண்ணனைத் திரும்பவும் பழையபடி மாத்திடணுங்க... நானும் காலேஜ்ல சைக்காலஜி படிச்சவதான்... என் படிப்புக்கு அர்த்தம்இருக்குதாஇல்லியான்னு தெரிஞ்சுக்கணுங்க..."

"வெளையாடாதே மீரா," என்ருன் ரகுநந்தன் அவள் முகத்தைத்திருப்பி. "நீநெனைக்கிற மாதிரி கணேசன் சுலபமான ஆளில்ல... அவன் வம்புக்குப் போய் நீ மாட்டிக்காதே..."

"அவரும் நம்மைப் போல ஒரு மனுஷர் தானேங்க?"

"மீரா நீஇன்னிக்கு வந்தவ... நான் கணேசனோட ஒண்ணரை வருஷத்துக்கு மேலா இதை அனுபவிச்சவன்..."

"சரி... சரி... மூடு அவுட் ஆயிடாதீங்க.."

இருந்தாலும் ரகுநந்தன் நிலையில்லாமல் வெறித்துக் கொண்டிருக்க, அவனை சகஜ நிலைக்குக் கொண்டு வர மீராவுக்குச் சில நிமிஷங்களும், முத்தங்களும் செலவாயின.

* * * * *

மீரா அந்த வீட்டிற்கு வந்து நான்கு நாட்களாகியிருந்தன. ஆனல் அவள் கண்களில் கணேசன் மாட்டவே இல்லே.

ரகுநந்தனிடமிருந்து அவள் விடுபட்டு எழுந்திருக்கும் போது ஏழு, ஏழரை என்று மணி ஓடியிருக்கும். முனகலில்லாமல் மாமியார் அடுப்படியில் சமையல் ஆரம்பித்திருப்பாள். பல் தேய்த்து வந்தவுடன் காப்பியை நீட்டுவாள்.

"ரகு பல் தேய்ச்சதும் நீ உன் கையால கொண்டு போய்க் கொடு மீரா."

மீராவுக்கு வெட்கமாயிருக்கும். அடுத்த நாள் எப்படியும் விடியுமுன் எழுந்துவிட வேண்டும் என்று மேகத்தில் எழுதி வைத்தாள். ரகுநந்தன் விட்டால்தானே?

அவள் படுக்கையறையில் நுழைந்த பின் தான் கணேசன் குரல் வெளியே கேட்கும். சாப்பிட உட்காரும் அரவம் கேட்கும். அவள் காலையில் எழுந்திருப்பதற்குள் காற்றில் கலந்திருப்பான்.

மதியச் சாப்பாட்டிற்கு அவன் வரும் நேரம் கூடத்தில் மீராவைப் பார்த்தால் விட்டில் நுழையாமல் அப்படியே திரும்பி விடுவான். இரண்டு நாள் அப்படி ஆனதும் மீரா அந்த நேரத்தில் அவன் கண்ணில் படாமல் ஒதுங்கியிருந்து விட்டாள்.

இன்றைக்குக் கொஞ்சம் பரபரப்பாய் எழுந்து விட்டிருந்தாள். கொல்லைப்புறம் நோக்கி நடக்கையில் சமையலறையைத் தாண்டினாள்.

''மீரா?''

''என்னம்மா?''

''உங்களை அம்மான்னு கூப்பிடலாமா, எனக்குச் சின்ன வயசிலேயே அம்மா போயிட்டதால அம்மான்னு சொல்லிக்க யாருமில்லே'' என்று முதல்நாளே மாமியாரிடம் மீரா நெருங்கியிருந்தாள். 'தாராளமா கூப்பிடும்மா... மூணாவது பொண்ணு நீ எனக்கு மீரா'' இன்றைக்கு அந்த 'மீரா' வில் அவசரம் இருந்தது.

''கிணத்தடிக்காப் போறே மீரா?''

''ஆமாம்மா.''

''அங்க கணேசன் இருக்கான். ''அவள் குரலில் கவலை இருந்தது.

''பரவாயில்லேம்மா... எத்தனை நாளைக்குத் தான் ரெண்டு பேரும் ஒருத்தர்கிட்டேருந்து ஒருத்தர் மறைஞ்சு மறைஞ்சு நடமாடறது?''

ஜாக்கிரதை மீரா...

மீரா புதிதாய் நீரில் இறங்குபவளின் பதட்டத்தோடு—எதிர்பார்ப்போடு கிணற்றடியை மெல்ல நெருங்கினாள்.

கணேசன் முதுகு காட்டி நின்றிருந்தான். முகம் நிறைய சோப்பை நுரைத்துக் கொண்டு மூடிய கண்களுடன் செம்புக்காகக் கையை அலைய விட்டுக் கொண்டிருந்தான். சட்டென்று அவன் கையில் தண்ணீர்ச் செம்பு வைக்கப்பட்டதும் பதறினான். ''அம்மா?'' என்று கூப்பிட்டுப் பார்த்தான். அவசரமாய் முகம் கழுவித் திரும்பினான்.

மீராவைப் பார்த்ததும் அதிர்ச்சியோடு பார்த்தான். ''நீ... நீங்க...''

''ஏன் நான் தண்ணி எடுத்துத் தரக் கூடாதா?''

பதில் சொல்லாமல் செம்பை வாளிக்குள் விட்டெறிந்தான். தண்ணீர் சிதறிக் கொண்டு எழுந்து அடங்கிற்று. தடதடவென்று திரும்பிப் பார்க்காமல் வீட்டிற்குள் நுழைந்தான்.

மீரா மெல்லப் புன்னகைத்துக் கொண்டாள்.

நேருக்கு நேராய் அவனை நிறுத்தி ஒற்றை வார்த்தையை உதிர்க்க வைத்தாயிற்று. இது ஆரம்பத்திற்குப் போதும்.





அன்றைக்கு நீரஜாவிற்கு ஐந்து கால் பின்னல் போட்டுக் கொண்டிருந்த போது மாமியார் ''மீரா'' என்று மிருதுவாய்க் கூப்பிட்டாள். முகத்துச் சிரிப்புக் கண்ணோரங்களில் சந்தோஷக் கோடுகள் போட்டிருந்தது.

''என்னம்மா?'' என்றாள் மீரா ரிப்பனேயும் பின்னல் விழுதுகளில் சேர்த்துக் கொண்டே.

''கணேசன் இன்னிக்கு என்ன சொன்னான் தெரியுமா?''

''என்ன?'' மீரா ஆர்வ விழிகளுடன் மாமியாரைப் பார்த்தாள்.

''மொதல்ல பின்னலே முடியுங்கண்ணி... எனக்கு ஸ்கூலுக்கு நேரமாச்சு'' என்று நீரஜா வெடுக்கென்றாள்.

ரிப்பனைப் பட்டாம்பூச்சி மடிப்பாய் முடிந்து முதுகில் நெம்பி நகர்த்தினாள் மீரா. நீரஜா புத்தகப் பையுடன் ஓடிப் போனதும், ''கணேசண்ணா என்ன சொன்னாரும்மா?'' என்றாள்.

''நீ காலேல கிணத்தடில அவனேப் பாத்து பயப்படாம நின்னியாம்.''

''பயப்படறதுக்கு அவர் என்ன புலியா, சிங்கமா, அண்ணன்தானேம்மா?''

''அதுதான் மீரா அவனும் சொன்னான். அவனேப் பார்த்தாலே மத்தவங்க ஒதுங்கிப் போறாங்களாம்... நீ நின்னு பேசினது அவனுக்கு ரொம்ப சந்தோஷமாயிருக்கு. அதனால உங்கிட்ட ஒரு விஷயம் சொல்லச் சொன்னான்.''

''அட... என்னவாம்...?''

''உன் சமையல் நல்லாருக்குதாம்...''

''அம்மா... இன்னிக்கு நானே அவருக்கு பரிமாறட்டா...?''

''சரி மீரா... என்ன செய்யறான் பார்ப்போம்.''

ஆனால் அன்றைக்கு மதியம் கணேசன் வீட்டிற்குள் நுழைந்தபோது, கூடவே புயலும் நுழைந்தது.

விளாம்பழமும் வாங்கி அதை உபயோகப் படுத்திய பின் அதன் ஓடுகளைத் தூக்கி எறிந்துவிட வேண்டாம். மிளகு ரஸம் தயார் செய்து அதில் இந்த ஓடுகளை நசுக்கிப் போடவும். இப்பொழுது ரஸம் என்ன மணம் கமழ்கிறது என்று பார்க்கவும்.

— ஜெயலக்ஷ்மி.

கதவைத் திறந்ததும் மீரா அரண்டு போனாள். கணேசனின் சட்டை அங்கங்கே கிழிந்திருந்தது. இடது தோளில் விரல் தடிமனுக்கு நகங்களின் கீறல். ரத்தப் பட்டை.

கணேசன் நேரே அம்மாவைப் போய்ப் பிடித்தான். மீராவுக்கு விஷயம் விளங்குமுன் அம்மாவின் முகத்தில் முஷ்டியை இறுக்கினான். அவள் அப்படியே எகிறித் தரையில் உட்கார்ந்ததும் பளாரென கன்னத்தில் அறைந்தான்.

மாமியாரின் உதட்டோரம் சிகப்பு பூத்ததைப் பார்த்ததும் மீரா அருகே ஓடினாள்.

''வேணாம் மீரா... குறுக்க வராதே'' என்று அவள் கத்தக் கத்த ஓடிப் போய் கணேசனின் ஓங்கிய கைகளை அப்படியே பற்றினாள்.

''ஏன் இப்படி கண்ணு மண்ணு தெரியாம அடிக்கறீங்க? பெத்த அம்மாதானே இது?''

கணேசன் ஒரே உதறலில் மீராவை ஒதுக்கிவிட்டு கொல்லேக்கு ஓடிப் போனான்.

மீரா மாமியாருக்குக் கைகொடுத்து மெல்லத் தூக்கி விட்டாள்.

''என்னம்மா, இது? இப்படிப் பயங்கரமா அடிக்கறாரு?''

மாமியாரின் குரல் திக்கித் திக்கி வந்தது. ''வெளியே போன எடத்தில யாராச்சும் கலாட்டா பண்ணியிருப்பாங்க. என்ன அடிக்காம நிறுத்திட்டா தன்னேத்தானே அடிச்சிப்பான் மீரா.... கோவத்தில என்ன செய்யறோம்னே அவனுக்குத் தெரியாது...''

''நீங்க போய் மொகம் கழுவிக்குங்கம்மா... நான் போய்ப் பாக்கறேன்.''

''வேணாம் மீரா... அவன் ஒரு நிமிஷம் இருக்கற மாதிரி அடுத்த நிமிஷம் இருக்க மாட்டான்...''

''ஒண்ணும் ஆகாதும்மா... நீங்க வேணா பாருங்களேன்.''

கணேசன் துவைக்கும் கல்லில் உட்கார்ந்து முழங்கால்களில் முகம் புதைத்திருந்தான்.

மீரா வாளியை எடுத்துக் கிணற்றுக்குள் விட்டாள்.

'ஜட ஜட' என்று ஜகடை உருண்ட சப்தம் கேட்டுக் கணேசன் உடம்பில் ஒரு உதறல் ஓடியது. ஆனால் நிமிரவில்லே. மீரா கனமான வாளியைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் இழுத்த ஒலியும் சலனமேற்படுத்தவில்லே.

''தண்ணி எடுத்து வச்சிருக்கேன். கைகால் கழுவிக்கிட்டு சாப்பிட வாங்க...''

மீராவின் குரல் கேட்டதும் சட்டென்று நிமிர்ந்தான். விழிகளில் அனல்.

''சாப்பாடும் வேண்டாம், ஒரு எழவும் வேண்டாம்.''

''தண்ணி போதுமா, இன்னும் கொஞ்சம் வேணுமா?''


உங்கள்
கைத்திறனும்
7ஸ்டார் சேமியாவும்
ஒன்றிணைந்தால்
கேட்க வேண்டுமா
சுவைக்கு !
பாயசமும், உப்புமாவும்
ருசியோ ருசி, தனி ருசி
7ஸ்டார் பாயசம் :
200 கிராம் 7ஸ்டார் சேமியாவை நெய்யில் பொன் நிறத்துக்கு வறுத்து, 4 கோப்பை கொதிக்கும் நீரில் மிருதுவாகும் வரை சமைத்து வடிகட்டவும். 3 கோப்பை கொதிக்கும் பாலில் 1 கோப்பை சர்க்கரை, ஏலக்காய், பாதாம் பருப்பு ஆகிய வற்றைச் சேர்த்து 10 நிமிடம் மேலும் கொதிக்க வைத்து அத்துடன் ஏற்கனவே சமைக்கப்பட்ட சேமியாவுடன் உலர்ந்த திராட்சையையும் போடுங்கள்.
10 பேருக்குப் பரிமாறலாம்.
7ஸ்டார் உப்புமா :
சிறிதளவு எண்ணெயில் 200 கிராம் 7ஸ்டார் சேமியாவை வறுத்து தனியாக வைத்துக் கொள்ளவும். கடுகு தாளித்து அத்துடன் கறிவேப்பிலை, சேமியா, மிளகாய் துண்டுகள், ஒரு முழு எலுமிச்சை பழச்சாறு, தேவைக்கேற்ற உப்பு, இவைகளுடன் 4 கோப்பை தண்ணீர் சேர்த்து தொடர்ந்து நீர் வற்றும் வரை சமைக்கவும். வறுக்கப் பட்ட கடலை, கொத்துமல்லி சேர்த்து சூடாக பரிமாறவும்.
6 பேருக்கு பரிமாறலாம்.
7 star
VERMICELLI
7ஸ்டார்
சிறந்ததோர் சேமியா !
திட்டமான சிறிய சேமியா 250 கிராம்
பாக்கெட்டுகளில் கிடைக்கும்
தயாரிப்பாளர் :
ஸெவன் ஸ்டார் புட் ப்ராடக்ட்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்
திருப்பதி, ஆந்திர பிரதேசம்
இலவசம்
சமையல் குறிப்பு
வெளியீட்டுக்கு
எழுதுங்கள்
nutrine



இரு ஆண்டுகளுக்கொரு முறை இன்ஷூரன்ஸ் கணக்கு நிபுணர்களால் கார்ப்பொரேஷனின் சொத்து மதிப்பிடப்பட்டதின் பலனாக, 31 மார்ச் 1985ல் நடைமுறையிலிருக்கும் எல்லா லாபப் பங்குள்ள பாலிஸிகளுக்கும் கீழ்க்கண்ட இலாப விகிதம் பெற தகுதி உண்டு.

முழு ஆயுள் காப்பு பாலிஸிகள்	எண்டோமெண்ட் பாலிஸிகள்
ரூ. 55.00	**ரூ. 44.00**
வருடாந்திரம், ஒவ்வொரு ரூ. 1000 ஆயுள் காப்புறுதி தொகைக்கு.	வருடாந்திரம், ஒவ்வொரு ரூ. 1000 ஆயுள் காப்புறுதி தொகைக்கு.

இப்பொழுது எல்ஐஸி பாலிஸி முன்பெல்லாம் விட கவர்ச்சிமிக்க வருவாயளிக்கிறது.

ஆயுள் காப்பு செய்து பாதுகாப்பு பெறுங்கள்.

மக்களின் சேவைக்கு எல்ஐஸி.

லைப் இன்ஷ்யூரன்ஸ் கார்ப்பொரேஷன் ஆப் இந்தியா

''சாப்பாடு வேண்டாம்... வேண்டாம்... வேண்டாம்...''

அவனுடைய அலறல் கேட்டு ஓடி வந்த அவன் அம்மாவை சைகையாலேயே நிறுத்தினாள் மீரா.

கணேசன் மறுபடியும் முழங்கால்களில் முகம் புதைத்திருந்தான்.

ஐந்து நிமிடம் கழித்து மீராவின் குரல் மீண்டும் அவனைக் கலைத்தது. ''நீங்க கைகால் கழுவிக்கிட்டு சாப்பிட வர்றீங்களா, இல்லே இந்தச் சாப்பாடு அத்தனையையும் கெணத்திலே கொட்டிடவா?''

கணேசன் மின்னல் மாதிரி நிமிர்ந்தான்.

''சாக்கடைல வேணும்னாக் கொட்டிக்குங்க... எனக்கு சாப்பாடு வேண்டாம்.''

''சரி கொட்டிடறேன்... ஆனா ஒரு விஷயம்... நீங்க சாப்பிட்டப்புறம்தான் நானும் அம்மாவும் சாப்பிடலாம்னு இருக்கோம். உங்களுக்கு சாப்பாடு வேண்டாம்னா நாங்க ரெண்டு பேரும் பட்டினிதான்.''

''நீங்க பட்டினி கிடந்தா அது உங்க தலையெழுத்து... நான் என்ன செய்யட்டும்...?''

''சொல்லிட்டீங்க இல்ல... இனிமே நான் ஒரு ஆளுக்குக் கொறைச்சே சமைக்கறேன்... இனிமே எனக்கு என்னிக்குமே சாப்பாடு வேண்டாம்'' என்றாள் மீரா அதட்டலான குரலில்.

''ஐயோ... ஐயோ... ஏன் என்னை இப்படி வதைக்கறீங்க...?''

''சாப்பிடுங்க கணேசண்ணா... அம்மா பாவம் பட்டினியா காத்திருக்காங்க.'' வெந்நீரை அடித்துப் பின்னாலேயே குளிர் நீரை வீசும் அந்த முறையில் கொஞ்சம் பலன் கிடைத்தது. அவள் அழைத்த 'அண்ணா'வின் அழுத்தத்தில் அவன் முகம் கொஞ்சம் தளர்ந்தது. ஆனால் அவன் நிமிர்ந்த போது மீரா அங்கே இல்லை.

மீரா மாமியாரின் முகத்தில் பஞ்சு வைத்து ஒற்றிக் கொண்டிருந்த நேரத்தில் ''அம்மா'' என்று குரல் வந்தது.

கணேசன்தான்.

''தட்டுப் போடும்மா, சாப்பிடறேன்.''

கணேசன் சட்டையை அவிழ்த்துவிட்டு உடம்பையும், முகத்தையும் நன்றாய்க் கழுவிக் கொண்டு வந்திருந்தான்.

மீரா மாமியாரிடம் கொஞ்சம் பஞ்சையும் ஆயிண்ட்மெண்ட்டையும் நீட்டினாள். ''அண்ணன் காயத்தைத் துடைங்கம்மா... நான் ரெண்டு பேருக்கும் எலை போடறேன்.''

கணேசன் சாப்பிட்டு விட்டுப் போனதும் அவன் அம்மா மீராவின் தலையை வெகு நேரம் கோதிக் கொண்டிருந்தாள். கண்கள் கண்ணாடி போல் பளபளத்தன.

அன்றைக்கு மாலை மீரா திண்ணையில் உட்கார்ந்துபூத்தொடுத்துக்கொண்டிருந்தபோது எதிரே நிழலாடிற்று.

கணேசன் கைகட்டி நின்றிருந்தான்.

''மத்யானம் பயமுறுத்திட்டேனா?''



அவல் பொரி உருண்டைகள் பலர் செய்திருப்பார்கள். பாதிப் பேருக்கு உருண்டை பிடிக்க வந்திருக்காது. அச்சு வெல்லம் பாகு வரவில்லை என்பவர்கள் நல்ல கம்பிப் பாகில் அரை மூடி எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்துவிடவும். இவ்வு மாதிரி இழுக்க வரும் சமயம் பாகில் பொரியைப் போட்டுப் பிடியுங்கள். உருண்டை வரும்.

— சித்ரா.

''இல்லியே'' என்றாள் மீரா பூவிலேயே கவனம் வைத்து. ''இன்னிக்கு சமையல் எப்படி இருந்துதுன்னு சொல்லலியே நீங்க.''

''பிரமாதமா இருந்தது. ரசிச்சு சாப்பிட முடியாம நான்தான் ரகளை பண்ணிட்டேன் இல்லே?''

இந்தத்தன்னிரக்கம்தவறைஉணரும்முதல் படியாய் இருந்தாலும் அதிகம் போனால் ஆளையே அமுக்கிவிடும் என்று நினைத்தாள் மீரா.

''வெளியே யாரோட குஸ்தி போட்டீங் கண்ணா?''

''மார்க்கெட்ல நடந்திட்டிருந்தேனா. ஒரு ஆளு கூடைல எலுமிச்சம்பழம் வச்சு வித்திட்டிருந்தான். என்னைப் பார்த்ததும் அவசரமா சாக்குப் போட்டுக் கூடையை மூடினான். நான் என்ன பைத்தியமா, சொல்லுங்க.''

''இந்த மாதிரி தங்கச்சியை நீங்க வாங்கன்னு சொல்றது பைத்தியக்காரத்தனம் தான்.''

மீரா மெல்ல நிமிர்ந்து அவன் முகத்தில் சிரித்தாள்.

''உங்களை மீரான்னு கூப்பிடறேன் இனிமே.''

''உங்களை இல்லே, உன்னை.''

சடாரென்று திண்ணையில் நிழல் அதிகமாயிற்று. நீரஜாவும், பங்கஜமும் அண்ணியும், பைத்தியக்கார அண்ணனும் இயல்பாய்ப் பேசுவதைத் தூணுக்குப் பின்னால் நின்று வேடிக்கை பார்த்தார்கள்.

கணேசனின் முகம் இறுகியது. மீரா கொஞ்சம் பயந்தாள். பூச்சரத்தை அப்படியே திண்ணை மீது வைத்தாள்.

''அண்ணா... கோயிலுக்குப் போகணும்... துணைக்கு வர்றீங்களா?''

''அண்ணி!'' என்று தூணுக்குப் பின்னாலிருந்து பதற்றமான குரல் வந்தது. மீரா கவனியாதவள் போல எழுந்தாள். ''அழைச்சிட்டுப் போறீங்களா அண்ணா?''

''ம்ம்'' என்றான் கணேசன் அழுத்தமாய்.

ராத்திரி படுக்கையில் ரகுநந்தன் காய்ந்த முகத்துடன் உட்கார்ந்திருந்தான். மீரா மடித்துக் கொடுத்த வெற்றிலையை வாயோரம்

ஆதி பராசக்தி கோவில் அன்பர்கள் சிவப்பு நிற ஆடைகளேயே அணிகின்றனர். மந்திரம் இந்த நிறத்தினால் உச்சமடையும் என்றும், இக்காரணம் கொண்டே பழைய காலத்தில் ஜுரம், உஷ்ணம் சம்மந்த வியாதி உள்ளவர்கள் சிவப்பு ஆடையை உடுத்த மாட்டார்கள் என்று ஒரு பெரியவர் கூறினார்.

— சித்ரா.

அடக்கிக் கொண்டான். ''மீரா... நான் கேள்விப்பட்டது உண்மையா?''

மீரா அவன் மார்புச் சுருள் முடியை அளைந்தாள்.

''எது?''

''கணேசனோட வெளியே போனியாமே, நீரஜா சொல்லிச்சு?''

''கோயிலுக்குப் போயிருந்தோம்.''

''நீ அவன்கிட்ட ஜாக்கிரதையா நடந்துக்கன்னு முன்னமே சொன்னேனே மீரா... அவன் ஒரு சமயம் போல இன்னொரு சமயம் இருக்க மாட்டான்.''

''என்கிட்ட சாதாரணமாத்தான் நடந்துக்கறாரு... எல்லோருமே ஒதுக்கி வச்சிட்டா அவரைக் குணப்படுத்தறது யாருங்க?''

''உன் டிகிரி படிப்பையெல்லாம் இவன்கிட்ட ட்ரை பண்ணாதே மீரா... நாளைக்கு ஒண்ணு கெடக்க ஒண்ணு ஆச்சின்னா யார் பொறுப்பு?''

''ஒண்ணும் ஆகாதுங்க...''

''மேல மேல பேசாதே மீரா. கணேசன் கிட்டேர்ந்து நீ ஒதுங்கியே இரு.''

மீரா பதில் சொல்லாமல் வெற்றிலைத் தட்டை நகர்த்திவிட்டுப் படுக்கையில் சாய்ந்து கொண்டாள்.

* * * * *

வீட்டில் எல்லோரும் கூடியிருந்தார்கள். கூடத்தில் சந்தோஷம் இறைபட்டுக் கொண்டிருந்தது. ஊரிலிருந்து ரகுநந்தனின் மாமா வந்திருந்தார். ஊரிலிருந்து என்றால் அக்கம் பக்கத்தூரிலிருந்து இல்லை, சிங்கப்பூரிலிருந்து.

அடர்த்தியான நிறத்தில் பூ லுங்கி கட்டியிருந்தார். மார்பு ரோமம் கூட நரைத்திருந்தது. கல்யாண ஊர்வலத் தவில் மாதிரி தொப்பை. அதை உருட்டிக் கொண்டு அவர் எழுந்திருப்பதும் உட்காருவதுமே பங்கஜத்திற்கும், நீரஜாவிற்கும் ரகசிய வேடிக்கையாயிருந்தது.

வந்து இரண்டு நாள் ஆகியிருந்தது. மாலை சென்னைக்குக் கிளம்புகிறார் என்று அறிவிப்புக் கொடுத்தாரோ இல்லையோ, எல்லாம் அவசரக் களை கட்டிவிட்டது.

மீரா அடுப்பு எண்ணெயில் பஜ்ஜிகளின் பிரவுன் நிறத்தில் கவனம் வைத்திருந்தாள். ரகுநந்தன் கூடக் கூடத்தில் சிரித்துக் கொண்டிருந்தான். மாமா கொண்டு வந்திருந்த ஸ்டீரியோ ஸ்பீக்கர்களின் உச்ச அலறலை ரசித்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

திடீரென்று திரை கவிழ்ந்த மாதிரி கூடத்துக் கூச்சல் நின்று போனது. மௌனம் ஊற்றெடுத்தது. அடுப்பு விடும் பெருமூச்சும், எண்ணெயின் தளதள கொதியும் மட்டும் பிரதானமான மாதிரி ஒரு அமைதி. மீரா நெற்றியில் முடிச்சோடு கூடத்தை எட்டிப் பார்த்தாள்.

அவர்களுக்கு நடுவே கணேசன் நின்றிருந்தான். மஞ்சளில் பிரவுன் கோடு போட்ட சட்டை ஒன்றை அணிந்திருந்தான். பயத்தில் உறைந்திருந்த ஒவ்வொருவர் முகத்தையும் பார்த்தான்.

''மாமா சிங்கப்பூர்லேர்ந்து வாங்கிட்டு வந்தாரே, அந்தத் துணிதான் பிரமாதம் பிரமாதம்னு எல்லாம் அடிச்சிக்கிட்டீங்களே, நான் அறுபது ரூபாய்க்கு வாங்கிட்டு வந்திருக்கேனே இந்த டீ ஷர்ட் — இது எப்படி இருக்குது?''

முதலில் பங்கஜம்தான் வாய் திறந்தாள். முகத்தில் வலியக் கொண்டு வந்து நிறுத்திய அரைப் புன்னகை.

''நல்... நல்லாருக்குதுண்ணா... ரொம்ப நல்லாருக்குது...''

''உனக்குப் பிடிச்சிருக்கா ரகு?''

''ஓ. யெஸ்... அருமையான கலர் காம்பினேஷன்'' என்றான் ரகுநந்தன் போலியான பாராட்டாய்.

அத்தனை பேர் முகத்திலும் கணேசன் திருப்திப்பட வேண்டுமே என்ற பயம் வியாபித்திருந்தது. மாமா வாயை இறுக மூடியிருந்தார்.

''இது!''

கணேசன் கையில் இன்னொரு பேப்பர் பார்ஸல். அதைப் பிரித்ததும் பச்சைப் பூப் போட்ட இன்னொரு பனியன்.

''இதுவும் ஜம்னு இருக்கு கணேசா...''

கணேசன் நம்பிக்கையில்லாமல் ரகுநந்தனைப் பார்த்தான். ''நிஜம்மாவா?''

''ஆமாங் கணேசாங்கறேன்.''

''என்னைக் கேக்கலியே கணேசண்ணா?'' என்று குரல் கொடுத்தாள் மீரா. கணேசன் அப்படியே அரை வட்டம் அடித்துத் திரும்பினான்.

''எப்படி இருக்குது, சொல்லேன்?''

''நீங்க போட்டிருக்கறதுக்குக் கொறைச்சலான சைஸ் வாங்கணும் கணேசண்ணா. இது புஸுபுஸுன்னு அசிங்கமா இருக்குது.

சேஸ்

ஒன்றில் மட்டுமே

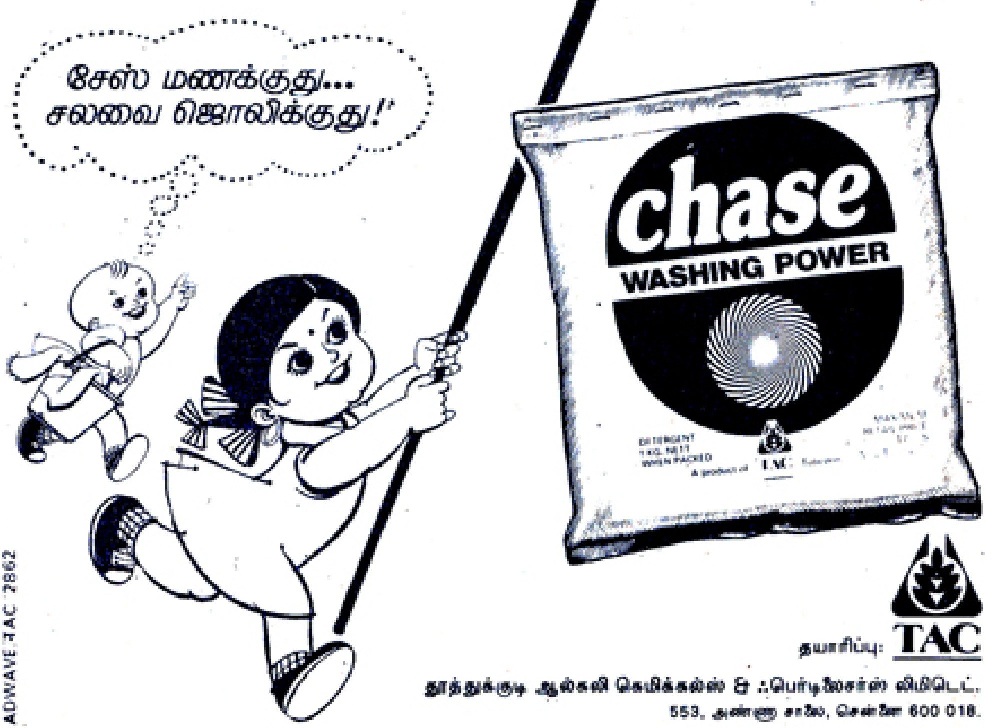
4 குணங்கள் இணைந்து உள்ளன.

1. அழுக்கை அறவே விரட்டும் தனித்திறன்
2. கரங்களுக்கு மென்மை
3. இனிய நறுமணம்
4. பொங்கும் நுரைவளம்

குறைந்த விலையில்
இத்தனையும் அளிக்கிறது—

சேஸ்

வாஷிங் பவர்



தயாரிப்பு: TAC

தூத்துக்குடி ஆல்கலி கெமிக்கல்ஸ் & ஃபெர்டிலைசர்ஸ் லிமிடெட்.
553, அண்ணா சாலை, சென்னை 600 018.

ADWAVE TAC 7862


ஹார்லிக்ஸ் எங்களுடைய குடும்ப நண்பன். ஆபீஸிலிருந்து களைப்புடன் திரும்பிவரும் என் கணவருக்கு, காலேஜ் மற்றும் டான்ஸ் கிளாஸை முடித்துக் கொண்டு வரும் என் பெண்ணிற்கு, ஸ்கூல் முடிந்து திரும்பும் ஃபுட்பால் வீரனான என் பையனிற்கு—ஏன், தினமும் கடைகண்ணி போய் திரும்பும் எனக்கும்தான்—ஹார்லிக்ஸின் துணை ரொம்ப முக்கியம். எங்கள் குடும்பத்தின் நலனிற்காக நான் ஹார்லிக்ஸையே நம்பறேன்.
மால்டெட் பார்லி, முழு ஆடைப் பால் மற்றும் பொன்னிற கோதுமைக்கொண்ட ஹார்லிக்ஸ் ஒரு சுவையான, சத்தான பானம். ஊட்டச்சத்திற்கு மூலாதாரமான ஒரு லட்சிய பானமென்ற நம்பிக்கையை பெற்றது. எனவே, கடந்த நூறு வருடங்களாக கோடிக்கணக்கான குடும்பங்கள் உலகமெங்கும் ஹார்லிக்ஸின் மேல் நம்பிக்கை வைத்து வருகிறார்கள் என்பதில் ஆச்சரியமில்லை.
Horlicks
The Great Nourisher
EMPORIUM
சிறந்த ஊட்டச்சத்துமிக்க பானம்

காலடியில் பூகம்பம் வெடித்தாற்போல அத்தனை பேரும் அதிர்ந்து போனார்கள். கணேசனிடம் இந்த மாதிரி குறைகூறிப் பேசுவதா?"

"மீரா... உளறாதே" என்று ரகுநந்தன் குரல் உயர்த்தினான்.

மீரா கவனித்ததாய்க் காட்டிக் கொள்ளவில்லை.

"நீங்க போட்டிருக்கிற சட்டையோட சைஸ்தான் தப்பு. கைல வச்சிருக்கற பனியன் கலரே அசிங்கமா இருக்குது. எந்தக் கடைலே வாங்கினீங்க? மொதல்ல போய் மாத்திட்டு வாங்க."

கணேசன் முகத்தில் சின்னக் குழப்பம் புரண்டது.

"நெஜம்மாவே நல்லா இல்லியா?"

"உங்க கலருக்கு ஸூட் ஆகற கலரா எடுத்திட்டு வாங்கண்ணா."

கணேசன் சட்டென்று திரும்பி வெளியே நடந்தான்.

மீரா அடுப்படிக்குத் திரும்பினாள்.

"மீரா... மீரா... என்ன இப்படி செய்துட்டே மீரா?"

ரகுநந்தன் சமையலறைக்குள் ஓடிவந்தான்.

"தப்பா என்ன பண்ணிட்டேன்?"

"கணேசனைப் போய் அப்படிப் பேசலாமா?"

"நீங்கள்லாம் ஆளாளுக்கு பொய்யாப் பாராட்டினீங்களே அதுதான் தப்பு. நீ பைத்தியம், உங்கிட்ட எங்களுக்கெல்லாம் பயம்னு சொல்லாம சொல்றது அதுதான். கணேசண்ணாவுக்கு அதைவிட நிஜமாவே இது நல்லாருக்கா, நல்லா இல்லியான்னு சொல்ற சகஜமான வார்த்தைதான் வேணும். அதுக்குத்தான் ஆசைப்படுகிறார்."

"உனக்கு என்ன மீரா நீ படிச்சதை வச்சு ஏதாவது உளறிடுவே, கணேசனுக்குக் கோபம் வந்தா அடியும் உதையும் வாங்கிக்கறது அம்மாதானே?"

மீரா எண்ணெயில் பஜ்ஜிகளைத் திருப்பிப் போட்டாள். சட்டுவத்திலிருந்து எண்ணெய் வடியும்வரை காத்திருந்தாள்.

"கடைசியா கணேசண்ணா உங்க அம்மாவை அடிச்சி எத்தனை நாளாகுதுன்னு உங்களுக்குத் தெரியுமா?"

"என்ன சொல்றே நீ?"

"நாலு வாரத்துக்கு மேலே ஆச்சு என் மேலே கணேசன் கை வச்சி" என்றாள் ரகுநந்தனின் அம்மா. "முன்னே போலல்லாம் கணேசனுக்குச் சின்னச் சின்ன விஷயத்துக்கெல்லாம் கோவம் வரதில்லே ரகு. நானும் அவனும் சேர்ந்துதான் சாப்பிடறோம். அநாவசிய கலாட்டா பண்றதில்லே அவன்."

"சொல்லவேயில்லே?"

"எதுக்காகச் சொல்லணும்?" என்றாள் மீரா. "சொல்லிட்டா கணேசனை நீங்கள்லாம் திடீர்னு புது மாதிரி பாக்க ஆரம்பிச்சுடுவீங்க."

"இப்படி நறுக் நறுக்னு பேசாதேன்னு எத்தனை தடவை சொல்லியிருக்கேன் மீரா?" ரகுநந்தனின் குரலில் உஷ்ணம் ஏறியது.

"ரகு" என்று மாமா குரல் கொடுத்தார். இந்தப் புடவை வேணுமா வேணாமான்னு சொல்லிடேன்."

"இரு. உன்கிட்ட ராத்திரி பேசிக்கறேன்" என்றான் ரகுநந்தன், கூடத்திற்கு திரும்புமுன்.

ராத்திரி வந்தது. ரகுநந்தனுக்கு நிறைய கோபம் வந்தது.

"நீ செய்யறது எனக்குக் கொஞ்சங்கூடப் பிடிக்கலே மீரா."

"அப்படி என்ன செஞ்சிட்டேங்க?"

"ஊர்ல, நாலு பேர் என்னை நாக்கைப் பிடுங்கிக்கற மாதிரி கேக்கறாங்க."

"அவ்வளவு கேவலமா இங்க என்னங்க நடந்திடுச்சு?"

"கேவலம்தான். தம்பி பொண்டாட்டியோட கணேசன் கோவில், தோப்புன்னு சுத்தறது கேவலமில்லேயா? அவனுக்குத்தான் மூளை சரியில்லே, உனக்கெங்கே போச்சு புத்தி?"

மீராவின் முகத்தில் அனல் குமுட்டியை கவிழ்த்த மாதிரி அதிர்ச்சியும் வேதனையும் கட்டன.

"நீங்களா இப்படிப் பேசறீங்க?"

"எத்தனை நாளைக்குத்தான் நானும் கண்ணை மூடிட்டிருக்க முடியும் மீரா?"

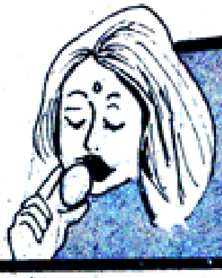
"அப்படீன்னா?" மீராவின் குரலில் கடுமை சேர்ந்துக் கொண்டது.

"அப்படின்னா — நேத்து வரைக்கும் நடந்தது போகட்டும். நாளையிலேர்ந்து நீ கணே

---

1 ஆழாக்கு பொட்டுக் கடலையை மிக்ஸியில் அரைக்கவும். அத்துடன் ½ ஆழாக்கு, மைதா, 1 சிட்டிகை டேபிள் சால்ட், பொடித்த சர்க்கரை 2 தேக்கரண்டி. டால்டா 1 தேக்கரண்டி, பொடி செய்த ஓமம் ¼ தேக்கரண்டி போட்டு நன்கு கலக்கவும். பிறகு வேண்டிய தண்ணீர் விட்டு ரொட்டி மாவு பிசைவது போல் பிசைந்து அப்பளமாக இடவும். ஸோமாசி கரண்டியால் கீறி எண்ணெயில் போட்டு பொரித்தெடுக்கவும். குழந்தைகளுக்கு கொடுக்க சத்துள்ள பிஸ்கட்டாகும்.

— காமாட்சி.



காய்ந்த நாரத்தங்காயைச் சிறிது நேரம் வெந்நீரில் ஊற வைத்துவிட்டு அதோடு மிளகாய்வற்றல், வெந்தயம் ஆகியவற்றை வறுத்துச் சேர்த்து அரைத்தால் மிகவும் சுவையாயிருக்கும். இதைச் சாத்தில் கலந்து சாப்பிடலாம்.

விசாலாட்சி.

சன் கூட பழகறதை நான் அனுமதிக்க மாட்டேன்னு அர்த்தம்'' ரகுநந்தன் கட்டிலிலிருந்து இறங்கித் தரையில் படுத்தான்.

''மீரா.''

கணேசன் மெல்லிய குரலில் மறுபடியும் கூப்பிட்டான்.

மீரா முறத்து அரிசியிலிருந்து அதிகவனமாய் கல் பொறுக்கிக் கொண்டிருந்தாள். நிமிராமலேயே ''ம்?'' என்று கேட்டாள்.

''ஏன் ரெண்டு நாளா என்கூட வெளியே வரமாட்டேங்கறே மீரா?''

''வீட்லே நிறைய வேலே இருக்குண்ணு. அம்மாவுக்கும் உடம்பு சரியில்லே. படுத்திருக்காங்க. நான் வெளியே வந்திட்டா காரியம்லாம் யார் செய்வாங்க?''

''பொய். என்கூட வெளியே போகக்கூடாதுன்னு ரகு சொல்லிட்டாரா மீரா?''

''ச்சீ... அப்படியெல்லாம் ஒண்ணுமில்லே?''

''நீயும் என்னைப் பைத்தியம்னு நெனைக்க ஆரம்பிச்சிட்டியா மீரா?''

மீரா திடுக்கிட்டு நிமிர்ந்தாள். எத்தனை கஷ்டப்பட்டு கொஞ்சம்கொஞ்சமாய் கணேசனின் தன்னிரக்க சிந்தனைகளை வேறுபடுத்தி விலக்கியிருந்தாள்? திரும்பவும் அவனுக்கு அந்த ரீதியில் ஏன் எண்ணம் ஓடுகிறது?

''என்ன கணேசண்ணு, என்னைப் போய் இப்படி சொல்லிட்டீங்க?''

''அதெல்லாம் எனக்குத் தெரியாது. நீ இப்ப என்கூட வெளியே வருவியா மாட்டியா?''

''வேலையிருக்குன்னு சொன்னேனே கணேசண்ணு.''

''வருவியா, மாட்டியா?''

''இன்னிக்கு நேரமில்லே.''

கணேசன் விருட்டென்று அம்மா படுத்திருந்த அறைக்குள் நுழைந்தான். தடால் என்று சப்தம் வந்தது. 'கணேசா' என்று உச்ச பயத்தில் அவன் அம்மா அலறிய குரல் வந்தது. பளாரென்று அவள் கன்னத்தில் ஒரு கை இறங்கும் ஒலி வந்தது.

மீரா முறத்தை அப்படியே போட்டுவிட்டு ஓடினாள்.

கணேசன் அவன் அம்மாவைப் பிடித்து இழுத்தான். கீழே தள்ளினான்.

''நீ சொல்லும்மா. மீராவை வரச் சொல்லும்மா.... வரச் சொல்லும்மா.''

''கணேசண்ணு!'' மீரா அவன் குரலுக்கு மேலே இரைந்தாள். ''வாங்க இப்படி வெளியே.''

கணேசன் விட்டெறிந்த கல் போல் வெளியே போனான்.

அறைக்குள் நுழைந்து மாமியாரை மெல்ல எழுப்பினாள் மீரா.

''மீரா....''

''என்னம்மா?''

''கணேசன் என்னை அடிச்சானேன்னு வருத்தப்பட்டுக்கிட்டு நீ அவன்கூட வெளியே போக வேண்டாம்'' மாமியார் மெலிந்த குரலில் சொன்னாள். ''யார் வெச்ச சூன்யமோ அவன் பைத்தியமா அலைஞ்சிட்டிருக்கான். அவனைச் சரிப்படுத்தறேன்னு நீ உன் வாழ்க்கையை பாழடிச்சுக்காதே.''

''அம்மா'' மீரா திடமான குரலில் கூப்பிட்டாள். ''கணேசண்ணுவை இன்னொரு வாட்டி பைத்தியம்னு சொல்லாதீங்கம்மா. சூன்யமுமில்லே, மந்திரமுமில்லே. இது ஒரு மாதிரி காம்ப்ளெக்ஸ் அம்மா. நான் அவர் கூட நிறையப் பேசினப்ப எவ்வளவு விஷயம் சொன்னரு தெரியுமா? மூத்த பிள்ளையாப் பிறந்திட்டதாலேயோ என்னவோ அவரைவிட ரெண்டாவது பையன் மேலத்தான் எல்லாரும் பிரியம் காட்டுவீங்களாம். ஸ்கூல் எக்ஸாம்ல கணக்குல நூறு மார்க்கு வாங்கிட்டுவந்தப்பகூட அதைப்பாராட்டிரெண்டு வார்த்தை சொல்லமாட்டாராம் அவங்கப்பா. அதே தம்பி அறுவது வாங்கிட்டாலே போதும் வாயெல்லாம் பல்லாயிடுமாமே, வாஸ்தவந்தானேம்மா?''

''ஆமா மீரா. கணேசன் ஆரம்பத்திலேயிருந்து படுசுட்டி. அவனுக்கு எங்க கவனிப்பு அதிகம் தேவையில்லே. ரகுவுக்குப் படிப்பு சுலபத்தில ஏறலே. அதனாலே அவனைத் தட்டிக் கொடுத்திட்டே இருந்தோம். அது தப்பாயிடுச்சாமா?''

''சிலபேருக்குஇன்னொருத்தரோட தன்னை கம்ப்பேர் பண்ணிட்டே இருக்கணும்மா. கணேசண்ணு அந்த டைப். மெட்ராஸ்லயும் கூட அவரை இந்த காம்ப்ளெக்ஸ் வாட்டியிருக்கு. தன் மேலயே நம்பிக்கை குறைஞ்சு போயிருக்கு. அந்த நேரம் பார்த்து எவனோ சாமியார், எலுமிச்சைன்னு சுலபமா வழி சொல்லித் தரேன்னு இவர் மனசைக் கலைச்சிருக்கான். ரோடுல நாம போயிட்டிருக்கறப்போ கைக்கெட்டற தூரத்தில ஒரு கிளையிருந்தா, போற போக்கில ஒரு பூவையோ, நாலு இலையையோ பறிச்சிட்டே நடக்கி



Marketed & Serviced by: **M/s. Tripta Marketing Pvt. Ltd.,**
139, Bharathi Salai (Pycrofts Road), Royapettah, Madras — 600 014.

Head Office: Bangalore
Branch Office: Hyderabad

Adhiti

ளுமே. அது மாதிரிதான் அந்த ஆள் என்னவோ விளையாட்டா செய்ஞ்சிட்டான். கணேசண்ணு மனசுல எல்லாம் சேர்ந்து அவரை பைத்தியம்னே தனி அந்தஸ்து கொடுத்து ஒதுக்கி வச்சிட்டாங்க."

"சபாஷ்!" என்று குரல் வந்தது. ரகுநந்தன் படியருகே நின்றிருந்தான். "எங்கம்மாவுக்கு எழுதப் படிக்கத் தெரியாதுன்னு நீ காலேஜ்ல படிச்ச கதையெல்லாம் இங்க அவுத்து விடறியா?"

"ரகு.... என்னடா பேத்தறே?"

"ஏம்மா இவதான் சொல்லு. நீயும் கேட்டுட்டிருக்கியே. ஊர்ல நாலு பேர் கணேசனோட சேர்த்துப் பார்த்துட்டாங்க. அதுக்கு ஒரு சப்பைக்கட்டு கட்டறு இவ."

"உண்மையிலே சொல்றேன், கணேசண்ணுவைவிட சுத்தியிருக்கிற உங்களுக்கெல்லாம்தான் வைத்தியம் பண்ணணும்" என்றுள் மீரா குரலில் விரக்தியுடன்.

"பார்த்தியா, நம்மளேயே பைத்தியம்கறு இவ. ஏய் உள்ள போடி. இன்னொரு தடவை கணேசன்ற பேரை நீ எடுக்கக் கூடாது."

"ரகு, கணேசன் கோவிச்சுக்கிட்டு வெளியே போயிருக்காண்டா. மீராப்போய்க் கூப்பிட்டத்தான் வருவான்."

அம்மாவின் இறைஞ்சுதலே ஒதுக்கினுன் ரகுநந்தன். "எங்கப் போயிடப் போறுன். கோவில் மண்டபத்தில போய்ப் படுத்திருப்பான். விடிஞ்சா பசிக்கும். பசிச்சா தானு வீட்டைத் தேடிக்கிட்டு வருவான்."

ரகுநந்தன் சுலபமாய்ச் சொல்லிவிட்டான். தூங்கிவிட்டான்.

மீரா விழித்திருந்தாள். ஜன்னல் வழியே நிலவு அங்குலம் அங்குலமாய் மேலே ஏறுவதைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள். கணேசனைப் பற்றி யோசிக்க யோசிக்க கவலையாய் இருந்தது.

தெரியாத்தன்மாய்கிணற்றில்விழுந்துவிட்டான். எல்லோரும் 'பாவம், பாவம்' என்று பரிதாபப்பட்டு ஒதுங்கிவிட்டால் கயிறு கொடுத்து கைதூக்கி விடுவது யாராம்?

கணேசன் இப்போதுதான் கொஞ்சம் தெளிந்திருக்கிறுன். பிடிப்பைத் தளர்த்திவிட்டால் மறுபடியும் பழைய பள்ளத்தில் விழுந்துவிடுவான். கூடாது. மீரா தீர்மானத்திற்கு வந்திருந்தாள்.

விடியல் சூரியன் மண்டபத்து விதானத்தைத் வருடிய நேரம் மீரா அங்கே இருந்தாள்.

"கணேசண்ணு, வாங்க வீட்டுக்குப் போகலாம்."

இரவுத் தூக்கத்தின் மிச்சம் கலையாமல் கணேசன் அவளை சந்தேகத்தோடு பார்த்தான்.

"நான் வரலே."

பருப்புப் பொடி செய்யும்போது கொஞ்சம் கொள்ளை வறுத்து துவரம் பருப்புடன் சேர்த்துப் பொடி செய்து வைத்தால் வாயுவை நன்கு கட்டுப்படுத்தும். உடம்பிற்கும் மிகவும் நல்லது.

— ஜி. இந்திரா.

"அப்புறம் உங்க இஷ்டம். ஒழுங்கா வந்து குளிச்சு சாப்பிட்டா உங்ககூட நான் கோவில் ஆத்தங்கரைன்னு வெளியே வருவேன்" மீரா சொல்லிவிட்டு திரும்பி நடந்தாள். நான்கடி நடந்திருப்பாள்.

"மீரா இரு மீரா" கணேசன் கன்றுக்குட்டி மாதிரி ஓடி வந்தான்.

வீட்டு வாசலிலேயே ரகுநந்தன் காத்திருந்தான்.

"அவ்வளவு தூரம் ஆயிடிச்சா? கணேசன் இல்லாம உங்களுக்குச் சோறு தண்ணி இறங்காதோ?"

"இறங்காது" என்றுள் மீரா. கணவனிடம் கடுமையாய்ப் பேசுவது நெஞ்சில் வலித்தது. இருந்தாலும் தாழ்ந்து போக இது சமயமில்லே. "பங்கஜத்துக்கும், நீரஜாவுக்கும் நீங்க எவ்வளவு முக்கியமோ, கணேசண்ணு எனக்கும் அவ்வளவு முக்கியம்."

"ஓகோ" என்றுன் ரகுநந்தன் இடக்கான குரலில். "அப்ப இந்த வீட்டுக்குள்ளே நுழையாதே. வேற ஜாகை பாத்துக்க."

"இந்த வீடுன்னு சொல்றீங்களே, இது உங்களுக்கு மட்டுமா சொந்தம்? உங்கம்மாவுக்கும், கணேசண்ணுவுக்கும், உங்க பொண்டாட்டி எனக்கும் இதில உரிமை இருக்கு. நீங்க அடிச்சாலும், உதைச்சாலும் நான் இந்த வீட்டை விட்டுட்டுப் போகப் போறதில்லே. இன்னிக்கு ஒரு அவசர புத்தியோட நீங்க கோபப்படலாம். நாளைக்கே எது நியாயம்னு உங்களுக்குப் புரியும். என்னை நீங்க புரிஞ்சிக்கிற வரைக்கும் நான் காத்திருக்கத் தயார். ஆனு உங்க கோபத்துக்கு பயந்து என்னை நான் மாத்திக்க மாட்டேன்."

ரகுநந்தன்கோபவிழிகளால்முறைத்தான். வார்த்தைகள் வரியில் தடுமாறின.

"வாங்க கணேசண்ணு, நாம உள்ளே போகலாம்" மீரா ரகுவைத் தாண்டிக் கொண்டு உள்ளே போனுள். கணேசன் நிமிர்ந்து பார்க்காமல் அவள் பின்னே போனுன்.

மீரா புன்னகையுடன் கணேசனைத் திரும்பிப் பார்த்தாள். அவன் மலர்ந்து சிரித்தான்.

இந்த ஒற்றைப் பூவின் மலர்ச்சிக்காக எதிர் வரும் புயல்களை கஷ்டப்பட்டாவது சமாளிக்கலாம் என்ற தெம்பு மீராவின் நடையில் பிரதிபலித்தது.

இதற்கு என்ன செய்வது?



பேரின்பம், மேட்டூர் அணை.

நான் பாலிடெக்னிக்கில் முதலாம் ஆண்டு படிக்கும் மாணவி. நான் படிக்கும் கல்லூரியில் என் பெயரை மாற்ற வேண்டும். காரணம் என் பெயர் கேலிக்குரியதாக இருப்பதால் அனைவரும் என்னைக் கேலி செய்கிறார்கள். தயவு செய்து பெயர் மாற்றும் முறையைப் பற்றித் தெளிவாகக் கூறவும்.

உங்களுடைய பழைய பெயர் இது என்றும், மாற்ற வேண்டிய பெயர் இது என்றும் குறிப்பிட்டு, ஒரு விண்ணப்பம் எழுதி, சென்னை தலைமைச் செயலகத்திலுள்ள கெஜட் அலுவலகத்திற்கு அனுப்பவும். அதற்குரிய கட்டணத்தையும் செலுத்த வேண்டும். கெஜட்டில் உங்கள் பெயர் உங்கள் பெயர்மாற்றம்வந்தபிறகுஉள்ளூர்பத்திரிகையொன்றில் விளம்பரம் செய்யவும். இரண்டையும் கொண்டு உங்கள் கல்லூரியில் மாற்றிக் கொள்ளலாம்.

எல். நிர்மலா, நாகை.

எங்கள் தாத்தா சொத்துக்கள் என் தந்தைக்கும், அவரின் இரு சகோதரர்களுக்கும் 1/3 பங்கு பிரிக்கப்பட்டது. என் தந்தையார் 1978 ல் காலமானார். அவருடைய சொத்தை என் சகோதரனுக்கு 5 பங்கும் மீதி 3 பங்கை எனக்கும், என் சகோதரி, தாய் ஆகியோருக்கும் பிரிக்கப்படும் என்கிறார்கள். 1956 ல் பரம்பரை சொத்தில் பெண்களுக்குச் சம உரிமை உண்டு என்ற சட்டம் இருக்கிறதா? என் தந்தை சொத்தில் எனக்கு ¼ பங்கு உண்டா? தயவு செய்து பதில் எழுதவும்.

1956 ல் இயற்றப்பட்ட சட்டத்தின்படி பெண்களுக்குப் பரம்பரைச் சொத்தில் சம உரிமை உண்டு. உங்கள் தந்தை சொத்தில் உங்களுக்கும் சமபங்கு உண்டு.

ஆர். அரிகோபி, குடியாத்தம்.

நாங்கள் வசிக்கும் பகுதி பஞ்சாயத்து எல்லைக்கு உட்பட்டது. ரோடுகள் சரிவர இல்லை. தெரு விளக்குகள் இல்லை. குடிதண்ணீர் வசதி இல்லை. கேட்டால் பஞ்சாயத்தில் போதிய பணம் இல்லை என்கிறார்கள். எங்கள் இடம் நகராட்சியின் கைக்கு மாறினால் மேற்கண்ட வசதிகள் கிடைக்கும் என்கிறார்கள். எங்கள் பஞ்சாயத்து நகராட்சியாக மாற, நாங்கள் யாரை அணுக வேண்டும்?

ஒரு பஞ்சாயத்து நகராட்சியாக மாற வேண்டும் என்றால், ஒரு குறிப்பிட்ட ஜனத்தொகை இருக்க வேண்டும். குறிப்பிட்ட வருவாயும் இருக்க வேண்டும். இவ்விரண்டும் இருக்குமானால் ஊரக வளர்ச்சித் துறையினர் மற்றும் உள்ளாட்சித் துறையினர் அத்தகைய பஞ்சாயத்தினை நகராட்சியாக ஆக்குவார்கள்.

மேஜர்தாசன், ஈரோடு—10.

கோயில், பள்ளிக்கூடம் போன்ற இடங்களுக்குப் பக்கத்திலேயே சாராயம், கள்ளுக் கடைகள் அமைக்கப்பட்டிருந்தால் அதனை அங்கிருந்து அகற்றப் பொது மக்களோ அல்லது தனி ஒரு மனிதரோ என்ன வழியைக் கையாள வேண்டும்?

பொது மக்கள் மற்றும் தனி நபர் இதை ஆட்சேபம் செய்யலாம். சம்பந்தப்பட்ட வட்டாட்சியர், மாவட்டாட்சியரிடம் முறையீடு செய்யலாம். மேற்கண்டவர்கள் நடவடிக்கை எடுக்கத் தவறினால் 'ரிட்' ஒன்றின் மூலம் நீதிமன்றத்தில் வழக்கு தாக்கல் செய்யலாம்.

தொகுப்பு:
டி.ஆர்.ரமேஷ்

எஸ். வீரமணி, கல்லிடைக்குறிச்சி.

தாங்கள் ஜனவரி இதழில், ஜி. வி. எஸ். அவர்களின் கேள்விக்கு, எழுதிய பதிலைப் பார்த்தேன். ஜி. வி. எஸ்.ஸைப் போலவே எனக்கும் இங்கே சிறிது நிலம் இருக்கிறது. என் குத்தகைக்காரரும், அறுவடையின் போது என் பங்கு நெல்லையோ, அதற்குரிய விலைப் பணத்தையோ தருவதில்லை.

சட்டத்தின்படி, நிலச்சொந்தக்காரருக்கும் குத்தகைக்காரருக்கும் நெல் விளைந்த வருமானத்திலும், நிலத்தை விற்றால் அதன் விலைப் பணத்திலும் சரி பாதி (50 : 50) பங்கு என்று தெரிகிறது. தவிர, குத்தகைக்காரர் தன் பங்குக்குரிய நில உரிமையை, நிலச் சொந்தக்காரருக்குத் தெரிவிக்காமலே கூட மூன்றாமவருக்குவிற்கலாமென்றும், முழு நிலமும் சொந்தக் காரரின் பெயரில் இருந்தாலும், அவர் குத்தகைக்காரரின் விற்பனையை ஆட்சேபிக்க முடியாதென்றும் சொல்கிறார்கள். சட்டப்படி, இந்த விவரம் சரியா செல்லுமா?

குத்தகையில் விளைந்ததில் முக்கால் பங்கு குத்தகைதாரருக்கும், கால் பங்கு நிலச் சொந்தக் காரருக்கும் உரியது. ஆனால் நிலத்தைக் குத்தகைதாரர் விற்க முடியாது. அவருக்கு நிலத்தை விற்பதற்கான உரிமையும் கிடையாது. நிலச் சொந்தக்காரரும் குத்தகைதாரருக்கு விற்கலாமேயொழிய, அவர் அறியாமல் வேறொருவருக்கு விற்க முடியாது.



எங்க ஊர் உற்சவம்

உங்கள் ஊரில் நடக்கும் விசேஷமான உற்சவத்தைப் பற்றி எழுதுங்களேன். அதன் பின்னணி, சிறப்பு, தொடர்பான கதைகள் இவற்றுடன் சுவையாக எழுதலாம். புகைப் படங்களும் அவசியம்.

பிரசுரமாகும் கட்டுரைகளுக்கு வழக்கம்போல் சன்மானம் உண்டு.

சிறந்ததையே வாங்கிடுபவர் தேர்ந்தெடுப்பது, காளி காப்பர் பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பாத்திரங்கள்



ஏனென்றால், நிகரில்லாத பல அனுகூலங்களை ஒன்றாக அளிப்பது காளி மட்டுமே.

ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் ("எவர்சில்வர்") வகை பாத்திரங்களில் உன்னதத்திற்கு 35 வருடங்களுக்கும் மேலாக பெயர்பெற்ற காளி பிராண்ட், இப்போது காப்பர் பாட்டம் பாத்திரங்கள் தயாரிப்பில் நெ. 1 ஆக விளங்குகிறது.

காளி காப்பர் பாட்டம் சமையல் பாத்திரங்கள் தரும் நன்மைகள்:

- துரித சமையல். சமையல் வேலைநேரம் பாதியாகக் குறைகிறது. காரணம், வெப்பம் கடத்துவதில் (வெள்ளிக்கு அடுத்தபடியாக) செம்பு உலோகமே மிகச்சிறந்த திறனுள்ளது.
- குறைவான எரிபொருள் செலவு. சமையல் முழுவதையும் மிதமான (LOW) தீ மட்டத்திலேயே செய்துவிடலாம். சூடு ஒரேசீராக பரவுவதால், உணவு சில பகுதிகள் வேகாதிருப்பதும் தீய்ந்துபோவதும் தவிர்க்கப்படுகிறது.
- நீடித்திருக்கும் பெறுமானம். ஸ்டெயின்லஸ் ஸ்டீலும் செம்பும் அணுவிற்கு அணு இணைந்திருப்பதால், அவற்றின் கூட்டு இணைபிரியாதது. மேலும், பாத்திர வெளிச்சுவரின் அடிப்பகுதி களைச்சுற்றிலும் கூட செம்பு "மூடியிருப்பதால்", தீயின் வெப்பம் முழுமையாகப் பயன்படுகிறது; சூடு ஒரேசீராகப் பரவுகிறது.

இல்லத்தரசிக்கு அதிக ஓய்வு நேரம். வேலைக்குச் செல்லும் பெண்ணிற்கு துரித சமையல் அனுகூலம். அனைவருக்கும் எரிபொருள் செலவில் சேமிப்பு. பக்குவமான சமையல். பணத்திற்கு நீடித்தகால பலன்.

---

kali SELECT — போலிகள் ஜாக்கிரதை. 'Kali' டிரேடு மார்க் உள்ளதா என கவனிக்கவும். — kali SPECIAL

விற்பனை ஏஜெண்ட்:

ஸ்ரீ வித்யா ஏஜன்ஸீஸ், கும்பேசுவரர் சன்னதி, கும்பகோணம்-612001

ரீஜனல் ஏஜண்ட்டுகள்:

சம்மு & கோ., த.பெ. எண் 1049, ம.கா. ரோடு, எர்ணாகுளம், கொச்சின்-682 011 போன்: 31139

ஈஸ்ட் இண்டியா கம்பெனி, 3, அம்ரிதா பேனர்ஜி ரோடு (காளிகாட் P.O.எதிரில்), கல்கத்தா-700 026 போன்: 471840

விக்டரி மெட்டல்ஸ், 101, கேத்வாடி மெயின் ரோடு, பம்பாய்-400 004 போன்: 380 075/354507.

J.C. மன்சந்தா, 15A/38, கரோல் பாக், புதுதில்லி-110 005 போன்: 562019.

M85.91Tm.

சிவபூஜை பலன்

1 சிவலிங்க தரிசனம் புண்ணியத்தைக் கொடுக்கிறது. அதைக் காட்டிலும் லிங்கத்தைத் தொடுவது புண்ணியம். அதைக் காட்டிலும் பூஜை செய்வது புண்ணியம். அதைக் காட்டிலும் சிவலிங்க தியானம், நமஸ்காரம் இவைகள் மஹா புண்ணிய பலமாகும் என்று அறியவும். மாதத்திற்கு ஒருதரம் போஜனம் செய்து கொண்டு நியமத்துடன் யவாஜ்ஜீவம் இருக்கிறவனுக்கு எந்தப் புண்ணியம் ஏற்படுகிறதோ அந்தப் பலன் ஒருதரம் சிவலிங்க பூஜை செய்கிறவனுக்கும் ஏற்படுகிறது. இது நிச்சயம்.

2 நிறைய பால் கறக்கும் பதினாயிரம் பசுக்களை வஸ்திரம் தங்கம் முதலிய தக்ஷிணையுடன் வேதத்தின் கரை கண்டவர்களிடம் தானம் செய்த பலன், சிவனுக்கு ஒரு தடவை பசும் பால் அபிஷேகம் செய்ததற்குச் சமமாகும். சிவலிங்கத்திற்கு க்ஷீராபிஷேகம் செய்வது சிலாக்கியமானது என்பது கருத்து.

3 எவன் கிருஷ்ணாஷ்டமியில் உபவாஸத்துடன் பரமேஸ்வரனுக்குத் தயிர் அபிஷேகம் செய்கிறானோ அவன் தன் முன்னோர்களுடைய ஏழு வம்சத்தைப் பாபத்தினிடமிருந்து விலகச் செய்து, தான் சிவலோகத்தில் பிரகாசிக்கிறான்.

4 பரமேஸ்வரனுக்கு நெய் அபிஷேகம் செய்கிறது, ஆயிரம் கோடி கல்பங்களில் சேகரித்த பாபங்களை அக்னி கட்டைகளை எரிப்பதுபோல் நசிக்கச் செய்கிறது.

5 பால், தயிர், நெய், தேன், சர்க்கரை, இவைகளை ஈசாதி மந்திரங்களினால் கிரமமாகச் சிவனுக்கு அபிஷேகம் செய்தால் மோக்ஷத்தை அடைவான்.

6 வாஸனை சந்தனக் குழம்பினால் ஒரு தடவை சிவலிங்கத்திற்கு அபிஷேகம் செய்தவன் கந்தர்வ லோகத்தை அடைந்து, கந்தர்வர்களால் பூஜிக்கப்படுவான். பரமேஸ்வரனுக்கு அபிஷேகத்தில் பிரியமதிகம். தைலாபிஷேகம் பரமேஸ்வரருக்கு மிக்க சிலாக்கியமாகக் கூறப்படுகிறது.

7 காட்டில் உண்டான புஷ்பங்களாலும், பில்வம் முதலிய பத்ரங்களினாலும், தன் தோட்டத்தில் உண்டான புஷ்பங்களாலும், பரமேஸ்வரனைப் பூஜை செய்ய வேண்டும். தாழம்பூ சிவ பூஜைக்கு உகந்தது அல்ல. பஞ்சாக்ஷரம் சொல்லி பில்வ தளத்தைப் பரமேஸ்வரனுக்கு அர்ப்பணம் செய்தவனுக்கு சிவஸாயுஜ்ய மேற்படும்.

(ஸம்க்ஷேப தர்ம சாஸ்திரம்)

விஷ்ணு பூஜை பலன்

1 புலஸ்த்யர்: பாலிலிருந்து தயிர் வெண்ணெய், நெய் இவைகள் எப்படி உண்டாகின்றனவோ அப்படியே பகவானுக்குப் பால் அபிஷேகம் செய்தால், சகல காம்யங்களும் சித்திக்கும். ஆகையால், பால் அபிஷேகம் சிரேஷ்டமானது என்று அறியவும்.

2 குங்குமப்பூ, அகில், கஸ்தூரி, சந்தனம் இவைகளை அரைத்துப் பகவானுடைய பிம்பத்தில் பக்தியுடன் பூசுகிறவனுக்குக் கோடி கல்ப காலம் ஸ்வர்க்க லோக வாஸம் ஏற்படும்.

3 வெளுப்பு, சிவப்பு நிறமுள்ள உத்பலபுஷ்பங்களும்; நீலம், சிகப்பு நிறமுள்ள உத்பல புஷ்பங்களும் (அல்லி) ஸ்ரீ கிருஷ்ணனுக்கு மிகவும் பிரியமானவை. கதம்பம், மருதை, மகிழம்பூ, செங்கழுநீர் புஷ்பம் இவைகளும் பகவானுக்குப் பிரியமானவை. இவைகளால் பூஜை செய்தால் விஷ்ணு லோகமான வைகுண்டத்தில் பிரகாசிப்பான்.

4 மௌத்கல்யர்: ஒரு தடவை பில்வ பத்திரங்களால் வாஸுதேவனைப் பூஜை செய்தவன் கிருஷ்ண ஸாமீப்யத்தை அடைந்து துக்கம் இல்லாமல் இருப்பான்

5 எவன் நல்ல வாசனை உள்ள துளஸீ பத்ரங்களால் பகவான் வாஸுதேவனை அர்ச்சனை செய்து பிம்பத்தை மறைக்கிறானோ அவன் அளவு கடந்த க்ஷேமலாபங்களை அடைவான்.

(ஸம்க்ஷேப தர்ம சாஸ்திரம்)

பூஜைக்குப் பிறகு கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் & ஸ்நேக்ஸ் நைவேத்தியம் செய்து நல்லோர்களுக்கு விநியோகம் செய்யவும்.

இனிப்பு : குங்குமப்பூ பாதாம் அல்வா, குங்குமப்பூ கோதுமை அல்வா, குங்குமப்பூ ஜாங்கிரி முதலியன.

காரம் : கைமுறுக்கு, மிளகுவடை, தட்டை, தேன்குழல், வாழைக்காய் வருவல் முதலியன.

திருமண விசேஷங்களுக்கு : சீர் முறுக்கு, திரட்டுப்பால், அதிரசம், பருப்புத் தேங்காய் ஆகியன தயாரித்துத் தருகிறோம்.

தி கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் & ஸ்நாக்ஸ்

24, 2வது மெயின் ரோடு, காந்தி நகர், அடையாறு,
சென்னை - 600 020 போன்: 412557


முத்திரை பெற்ற ஒரே பிரஷர்குக்கர்!
jewel PRESSURE COOKER
IS : 2347
ஜீவல்
பிரஷர்குக்கர்
அங்கீகாரம் பெற்ற சென்னை விற்பனையாளர்கள்
S. சந்தோஷ நாடார் (பர்ம்) கைனியப்ப நாயக்கன் தெரு. போன் 37050. S. சந்தோஷ நாடார் & சன் ஈவினிங்பஜார் போன் 36046, 31752. M. எத்திராஜுலு நாயுடு ஈவினிங்பஜார் போன் 32106. S. செல்லத்துரை நாடார் கார்ப்பரேஷன் வண்ணாரபேட்டை போன் 553227. சுந்தர் ஸ்டோர்ஸ் உஸ்மான் ரோடு தி. நகர். போன் 443834 சேகர் ஸ்டோர்ஸ் ஆற்காடு ரோடு கோடம்பாக்கம் போன் 422436 ஜின்னா எண்டர்பிரைசஸ் ரத்தன் பஜார் போன் 37815. அம்பிகா ஸ்டோர்ஸ் ஆற்காடு ரோடு வடபழனி போன் 420833 அம்பிகா மெட்டல் ஸ்டோர்ஸ் லஸ் மைலாபூர்.


SUPER POWERED
krishnamix
2 YEARS GUARANTEE
MANUFACTURED BY
SRI KRISHNA ENGINEERING WORKS
136, PATEL ROAD, COIMBATORE - 641 009
PHONE : 35892

பாரத்தாலே



மோகிசினு கித்வாய்

ராஜீவ் காந்தியின் மந்திரி சபையில் மகளிர் பங்கு என்று ஒரு பல்கலைக்கழக டாக்டர் பட்டத்திற்குத் தலைப்பு எடுத்து எழுதலாம். இந்தியாவின் வேறு எந்தப் பிரதமர்களும் தராத முக்கியத்துவத்தை ராஜீவ் காந்தி தனது மந்திரி சபையில் 4 பெண் மந்திரிகளை நியமித்து ''சபாஷ்'' பெற்றுவிட்டார், அரசியல் நிபுணர்களிடம்.

மத்திய சுகாதார அமைச்சர் திருமதி மோகிசினு கித்வாய். இவர் முழு ஒரு வருடம் ராஜீவ் மந்திரி சபையில் கேபினட் மந்திரியாக இருந்து வருகிறார். ஒரு முஸ்லீம் பிரதிநிதித்துவம் தந்தாகிவிட்டது. 54 வயதான இவரது பிறந்த தினத்தை வெகு சுலபமாக நினைவில் வைத்துக் கொள்ளலாம். காரணம் 1932ம் ஆண்டின் புத்தாண்டு அன்று பிறந்ததால். இந்திரா மந்திரி சபையிலும் ஜூனியர் மந்திரியாக இருந்த இந்த 'மேடத்தை' மற்ற எம்பிக்கள் கண்டாலே போதும்! ஆதாப்' (ADAB) என்று வலது கரத்தை உயர்த்தி, விரல்களைக் கூப்பி மூக்கின் அருகில் கொண்டு போய்ச் சற்று உடலை குனிய வைத்து, ஏதோ பவ்ய மாகக் கும்பிடு போடுவார்கள். மத்திய சுகாதாரத்துறை அலுவலகம் நிர்மான் பவனில் இருக்கிறது. மூன்று வருடமாகச் சுகாதாரத்தை விட்டு நகராத இந்தப் பெண் மந்திரி, மந்திரிகளிலேயே 'பாப்புலர்'.

கேபினட் மந்திரிகளைத் தவிர மத்திய அமைச்சரவையில் மினிஸ்டர் ஆப் ஸ்டேட் என்ற பதவி வேறு இருக்கிறது. மூன்று பெண் மந்திரிகள், இந்த 'ராங்க்'கில் ராஜீவ் மந்திரி சபையில் இருக்கிறார்கள்.

மார்கிரட் ஆல்வா, சுசீலா, ரோகத்கி ராஜேந்திர குமார் வாஜ்பாயி என்ற இந்த மூவரில் இருவர் உத்திரப் பிரதேசத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். மார்கிரட் ஆல்வா கர்நாடகத்தைச் சேர்ந்தவர்.

மார்கிரட் ஆல்வாவிற்குத் தெரியாத பெண் அதிகாரிகளே கிடையாது. பொதுப்பணித் துறையில் நீண்ட காலமாக இருந்து வரும் இந்த அமைச்சர் சரளமாக ஆங்கிலம், ஹிந்தி பேசுகிறார். டாக்டர் எச்.வி. ஹண்டே தமிழக சுகாதார அமைச்சர் டில்லிக்கு வந்தால் முதலில் தொலைபேசி மூலம், 'மேகி' என்று கூப்பிட்டு, 'ஹண்டே சஸ் இன் டில்லி' என்று பேசுவார். ஆகத் தலைநகரில் மார்கிரட் ஆல்வாவை 'மேகி' என்று பாப்புலராக்கியது ஹண்டேதான். மார்கிரட் தாட்சர் பிரிட்டிஷ் பிரதம மந்திரி பெயர் மாதிரி இருப்பதால் 'மேகி' ஆனார்.

மார்கிரட் ஆல்வா



பகத் வருமே

1985 செப்டம்பரில் மத்திய மந்திரியாகி இப்போது 4 மாதங்கள்தான் ஆகியிருக்கிறது. ஆனால் இவர் நடந்து முடிந்த பாராளுமன்றக் கூட்டத் தொடரில் சுமார் 83 கேள்விகளுக்குப் பதில் சொல்லி எதிர்க்கட்சியினரையும் "கவர்ரப்" செய்தார் ராஜ்யசபையில். இளமைத் துடிப்பு சேவை நாட்டுக்குச் செய்திடும் ஆர்வம். மந்திரியாகியும்பி.ஏ.க்களை நம்புவதில்லை. கடிதங்களைத்தானே எழுதுகிறார். சில சமயங்களில் டைப் அடிக்கவும் செய்து பிரமிக்க வைக்கிறார்.

பிரதமரிடம் தனிச் செயலாளராகப் பணிபுரியும்வி. ஜார்ஜ் 1978 ல்கேரளாவிலிருந்து டில்லி வந்து மார்கிரட் ஆல்வாவிடம்தான் பி. ஏ. வாக இருந்தார். ஆக, நல்ல டிரெயினிங் தந்த நபரை ராஜீவ் காந்தி எடுத்துக் கொண்டுள்ளார். ஆனால் ஜார்ஜ் தயாரிப்பு "மேகி"யினதுதானே!

ராஜேந்திரகுமாரி வாஜ்பாயி. இந்த அம்மாவைப் பார்த்தாலே தெய்வீக பக்தி வரும். புகழ்பெற்ற பீகார் ஸ்ரீ கிருஷ்ண மிஸ்ராவின் புதல்வி. இவரை ராஜீவ், 'ஆண்டீஜி' என்றுதான் அழைப்பார். எம். ஏ. மூன்று சப்ஜெக்ட்டுகளில் பி. எச். டி. வேறு. ஆக இவரது பெயர் முன் டாக்டர் பட்டம் போட்டுக் கொள்ளலாம். சக மந்திரிகள், எம். பிக்கள், குறிப்பாக உ. பி. பீஹார் பாராளுமன்ற உறுப்பினர்கள் இவரை, "பண்டத்தாயினி" என்பார்கள். பிரதிதினம் காலை சுமார் 40 நிமிடம் பூஜை. வாரத்திற்கு ஒருமுறை யாராவது அபிஷேகம்செய்கிறார். இவரது பூஜை செய்யும் விக்ரகங்களுக்கு அலகாபாத்திலிருந்து ஆப்த நண்பர்கள் யாராவது வந்தால் போதும்; ஒரு செம்பு கங்கை ஜலம் எடுத்துவர வேண்டும். நெற்றியில் பெரிய பொட்டு. சற்று குண்டாகிவிட்டதாக குறைபட்டுக் கொள்ளும் அறுபது வயது. ராஜீவ் மந்திரிசபையில் பெண் மந்திரிகளிலே மூத்த பெண் மந்திரி இவர் தான். அரசு அதிகாரிகளிடம் நல்முறையில் பழகுபவர். அகில இந்திய காங்கிரஸ் கட்சிச் செயலாளராக இருந்தவர். உத்திர பிரதேசத்தில் கேபினட் மந்திரியாக இருந்தவர்.

அடுத்து ஸ்ரீமதி சுசீலா ரோகத்கி. இந்த மத்தியக் கல்வி மந்திரி **Central Social Welfare Board** ல் தலைவியாக எட்டு வருடங்கள் இருந்திருக்கிறார். அதற்கு முன்பாகவும் மத்திய மந்திரிசபையில் பதவி வகித்துள்ளவர். ராஜேந்திரகுமாரி வாஜ்பாயி மாதிரி கதர் சில்க் சாரி, உடுத்திக் கொள்வார். இந்திராகாந்தி குடும்பத்துடன் இவருக்கும் நீண்ட தொடர்பு. கேபினட் மந்திரி பி. வி. நரசிம்மராவுடன் அதிகமாகக் கலந்து பேசி புதிய கல்வித் திட்டத்தை அமுல்படுத்த தீவிரமாக முயன்றுள்ளார்.

நஜ்மா அப்துல்லா எனும் முஸ்லிம் பெண்மணி ராஜ்யசபையின் துணைத் தலைவர் ராஜ்ய சபைத்தலைவர் ஆர். வெங்கட்ராமனின், "டெபுடி." எந்த லோக் சபையிலும் இல்லாத அதிக பெண் பிரதிநிதித்துவம் ராஜீவ் காந்தி பிரதமராக இருக்கும் எட்டாவது லோக் சபையில் இருக்கிறது. 43 பெண்மணிகள். சுமார் பத்து சதவிகிதம் ஆளுங்கட்சியின் மொத்த சீட்டில்.

தமிழகத்திலிருந்து மட்டுமே லோக் சபைக்கு இரண்டு சீட்கள் ஒன்று மரகதம் சந்திரசேகர், மற்றொன்று வைஜயந்தி மாலா பாலி.

— பிரேமா.

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: நான் செய்த புதிய டிபன் முடிவு தேதி: 15-2-86

சமையல் கூப்பன்

.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

திருமண மலர்

* ஐயர், பிரஹசரணம், ஹரித கோத்திரம், பூச நக்ஷத்திரம், 28 வயது, 5' 2'' உயரம். சிவந்த நிற முள்ள தையல், எம்பிராய்டரி, குடும்ப வேலைகள் அனைத்தும் தெரிந்த நல்ல அழகான காது கேட்காத ஊமைப் பெண்ணிற்கு பரந்த மனமுள்ள நல்ல வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3040.

* சௌராஷ்டிர குலம் சவ்னகிரிஷி கோத்திரம். பி. எஸ்ஸி படித்த 21 வயது அடக்கம் நிறைந்த அழ கான பெண்ணுக்கு, பி.ஈ. அல்லது எம்.பி.பி.எஸ். படித்து வேலையில் உள்ள அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அழகான மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் உடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3041.

* இந்து, பிராடஸ்டன்ட், கிறிஸ்தவ, வேளாளர் வகுப்பு, எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. 28 வயது, 5' 2'' உயரம், பெரிய நிறுவனத்தில் ரூ 1000/– மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு அதே வகுப்பில் படித்த, வேலையிலுள்ள மணமகள் தேவை. பெற்றோர் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3042.

* மார்வாரி பிராமணர் மைன்ஸ் இன்ஜினியர், மற்றும் ஃபாக்டரி மானேஜர், மாதம் ரூ 1600/–க்கு மேல் சம்பாதிக்கும் 38 வயதுள்ள மனைவியை இழந்த வருக்கு நல்ல படித்த பிராமணப் பெண் தேவை. கணவனை இழந்தவரோ, அல்லது விவாக ரத்து செய்த வரோ குழந்தைகள் இல்லாத பெண் தேவை. வரதட் சணை இல்லை. விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3043.

* தென்கலை அய்யங்கார் கௌண்டின்ய கோத்திரம் சித்திரை நட்சத்திரம் பி.ஏ. பி.எட்., 30 வயதுடைய பம்பாயில் டீச்சர் வேலையில் (1000 ரூபாய் சம்பளத் தில்) உள்ள பெண்ணுக்கு தகுந்த வரன் தேவை. வடகலையும் வரவேற்கின்றோம். சிறப்பாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 3044.

* பாரத்வாஜ கோத்திரம். வடமாள். வயது 24 உத்திரட்டாதி நட்சத்திரம். நல்ல அழகான சிகப்பு நிறம் வீட்டு வேலைகளில் மிகவும் தேர்ச்சி உள்ள பெண்ணிற்கு அரசுப் பணியில் உள்ள நல்ல குடும் பத்தைச் சேர்ந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3045.

* திருநெல்வேலி சைவ வேளாள பிள்ளை 23/155 சென்னையில் இன்ஜினியராக பணிபுரியும் பெண் ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த சென்னையில் வேலை பார்க்கும் வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 3046.

* பரம்பரை பணக்கார பாரம்பரிய டாக்டர்ஸ் குடும்பம். பி.எஸ்ஸி; எம்.பி.பி.எஸ்., எம். ஆர். எஸ்.ஹெச் லண்டன் 175 செ.மீ. 65 கிலோ சிவப்பு நிறமுள்ள டாக்டர் வரனுக்கு 160 செ.மீ. 45 கிலோ சிவப்பு நிறமான பி. ஜி. லேடி டாக்டர் எம்.டி., டி.ஜி.ஓ., டி.சி.ஹெச். (லேட்டி) சென்னையில் வசிக்கும் கௌரவமான வசதியுள்ள பிராமின், பிள்ளை, முதலி யார், நாயுடு, ஹரிஜன். கலப்பு திருமணத்திற்கு சம் மதமுள்ள பெற்றோர் சகல விபரங்களுடன் ஜாதகத்தை அனுப்பி தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3047.

* வயது 27, சமபளம் 700, பி.யு.சி. வரை படித்த தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை செய்யும் கொங்கு வேளாளக் கவுண்டர் இன பையனுக்கு படித்து நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் பெண் தேவை. ஜாதி, மத பேதமில்லை; விதவைகள், லேசான உடல் ஊன முற்றவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3048.

* தந்தி இலாகாவில் டெலிகிராபிஸ்டாக பணி புரியும் பி.ஏ. படித்த அய்யர் பெண்ணிற்கு (வயது 28 உயரம் 152 செ.மீ. சம்பளம் 1100/– உத்திராட நட்சத்திரம். பட்டப் படிப்புடன் நல்ல வேலையில் இருக்கும் வரன் தேவை. வேலை மாற்றல் கிடைக்கும். மத்திய/பொதுத்துறை விரும்பி வரவேற்கப்படும். அய்யர் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3049.

* பம்பாயில் வசிக்கும் வெள்ளாளர் பிள்ளை வகுப் பைச் சேர்ந்த பி.ஏ. படித்துள்ள 26/5' 4'' நட்சத்திரம் பூரம். சிகப்பு நிறமுள்ள அழகிய குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு பிள்ளை அல்லது முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3050.

* உயரம் 5' 4'' வயது 30. சம்பளம் 5000/–p.m. படிப்பு பி.யு.சி & கவர்ன்மெண்ட் ஐ.டி.ஐ. வேலை. சவுதிஅரேபியாவில் ஆறு வருடமாக பணி புரிந்து

வாசகர்கள் கவனிக்க

மங்கையர் மலரில் திருமணமலர் பகுதியில் வெளியாகும் விளம்பரங் களைப் பார்த்து விட்டு பெண், பிள்ளை ஜாதக விவரங்கள் கொடுப் பதாகவும், அதற்கு ரூ. 15/– அனுப் பும்படியும் பெட்டி எண் விலாசத் துக்கு அச்சடிக்கப்பட்ட துண்டுப் பிரசுரம் அனுப்பப்படுவதாகச் சில வாசக அன்பர்கள் நமக்குப் புகார் எழுதியிருக்கிறார்கள். இந்தத் துண்டுப் பிரசுரத்துக்கும் நமது ஸ்தாபனத்துக்கும் சம்பந்தமில்லை என்பதை வாசகர்களின் கவனத் துக்குக் கொண்டு வருவதுடன் இது போன்ற துண்டுப் பிரசுரங்களை நம்பி பணம் அனுப்பி ஏமாறவேண் டாமென்றும் கேட்டுக் கொள்கி றோம்.

நிர்வாகி, மங்கையர் மலர்

கொண்டிருக்கிறேன். நெல்லை மாவட்டம். தகுந்த வரன் தேவை. ஆசிரியையாக பணிபுரிபவருக்கு முதலிடம். ஜாதகம் இல்லை. ஜாதி மத பேதமில்லை. பெட்டி எண்: 3051.

* மாயவரம் தாலுக்கா வடமாள் ஆத்திரேய கோத்திரம் திருவாதிரை நட்சத்திரம் 20.5.1950 பிறந்த, தனியார் துறை ரூ 550/– சம்பளம் வாங்கும் பையனுக்குக் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. தொடர்பு கொள்ள விருப்பம் உள்ளவர்கள் ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3052.

* வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் வயது 28 உயரம் 5 அடி எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. படித்த நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் (அல்லது) சுய தொழில் செய்வோரும் அதே இனத்தில் தேவை. தாரமிழந்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3053.

* அகமுடைய முதலியார் 33 வயது. 147 செ.மீ. உயரம், எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. மாநிறம், குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில், வேலையில் உள்ள, நற்பண்புகள் கொண்ட மணமகன் தேவை. வரதட்சணை தர இயலாது. ஜாதகம் கிடையாது. முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3054.

* தென்கலை ஐயங்கார், கௌசிகம், சுவாதி 3ம் பாதம் பி.ஏ. பட்டதாரி சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் ரூ 1500/– ஊதியம் பெறும் 32/115 செ.மீ. பையனுக்கு நல்ல உத்தியோகத்திலிருக்கும் 28 வயதிற்குள் உள்ள தென்கலை பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3055.

* பாரத்வாஜ கோத்திரம் திருவாதிரை நட்சத்திரம் 37 வயதுடைய கிராஜுவேட் ஆன மச்சர் உத்தியோகத்தில் உள்ள 1400 ரூபாய் சம்பாதிக்கும் தென்கலை அய்யங்கார் வரனுக்குத் தகுந்த மணமகள் தேவை. வடகலையும் வரவேற்கின்றோம். பெண் வேலையில் இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும் தடை இல்லை. விவரங்களுக்கு ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்:3056.

* ஆத்ரேய கோத்திரம். பூரம் நட்சத்திரம் எம்.எஸ்ஸி பி.எட். படித்த 24 வயதுடைய வடகலை அய்யங்கார் சென்டிரல் கவர்ன்மெண்ட் ஆபீஸரின் ஒரே பெண். தகுந்த வரன் தேவை. கலை தடை இல்லை. பெட்டி எண்: 3057.

* ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் மூலம் 4ம் பாதம் பி.எஸ்ஸி படித்த பேங்க் வேலை. 1400 ரூபாய் சம்பளம். 30 வயதுடைய வடகலை அய்யங்கார் பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. தென்கலையிலும் வரவேற்கின்றோம். சிறப்பாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 3058.

* வாஸிஷ்ட கோத்திரம். பூராடம் நட்சத்திரம். சவுதி அரேபியாவில் 12000 சம்பளத்தில் வேலையில் உள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. படித்த அய்யங்கார் வரனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. கலை தடை-இல்லை. பெட்டி எண்: 3059.

* கார்காத்தார் சைவ வெள்ளாளர் வயது 29, ரேவதி நட்சத்திரம், எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. படித்த குடும்பப் பாங்கான, அழகும் குணமும் உள்ள பெண்ணுக்கு நல்ல வேலை உள்ள அதே பிரிவைச் சார்ந்த சைவ மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3060.

* கவர நாயுடு பெண், வயது 27, எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. பாஸ் செய்து தட்டெழுத்து லோயர், தையல் தொழிலில் நன்கு தேர்ச்சி பெற்ற வீட்டு வேலை நன்கு தெரிந்த குடும்பப்பாங்கான சிவந்த அழகிய பெண்ணிற்கு அதே பிரிவில் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த படித்த வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. ஜாதகங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெண்ணிற்கு செவ்வாய் தோஷம். பெட்டி எண்: 3061.

* பிராமணர், வயது 26, வாய் பேசாத, காது கேளாத, வீட்டு வேலைகளில் மிகவும் தேர்ச்சி பெற்ற

ஒளிமயமான எதிர்காலத்திற்கு சேமிப்பே சிறந்த வழி

இன்றே எங்கள் வங்கியின் கிளையொன்றில்
உங்களது சேமிப்புக் கணக்கைத் தொடங்குங்கள்
உங்கள் தேவைக்கேற்ற சேமிப்புத் திட்டத்தைத் தேர்ந்தெடுங்கள்

எமது பயனுள்ள பல சேமிப்புத் திட்டங்களாவன:

குழந்தைகள் நலனுக்கான சேமிப்பு
தனித்தன்மை வாய்ந்த முதலீட்டுச் சேமிப்பு
நீண்ட காலச் சேமிப்பு
தொடர் சேமிப்பு
ரொக்கப் பத்திரங்கள்

விபரங்கட்கு அருகாமையிலுள்ள எங்களது கிளையினை அணுகுங்கள்

பாரத் ஓவர்ஸீஸ் பாங்க் லிட்.,

(ரிஜிஸ்டர்டு ஆபீஸ்: ஆக்ஸ்போர்ட் ஹவுஸ்,
அண்ணாசாலை, சென்னை-600 006)

பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையில் பரந்த மனப்பான்மை யுள்ள பிராமணர்கள் மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3062.

* சௌராஷ்டிர குலம் பி.யு.சி. வயது 28, சம்பளம் 2000/- பம்பாயில் பிரபல ஹோட்டலில் வேலை. அதே குலத்தைச் சேர்ந்த 5' 2'' உயரம் 21, 22 வயது ப்ளஸ் 2. ஆங்கிலம், ஹிந்தி, சரளமாக தெரிந்த அழகும் குணமும் வாய்ந்த மணமகள் தேவை. ஜாதகத் துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3063.

* சௌராஷ்டிர குலம், டி.எம்.ஈ. வயது 30, தனியார் கம்பெனியில் இஞ்சினீயர் சம்பளம் 2000/- அதே குலத்தைச் சேர்ந்த அழகும் குணமும் 5' 3'' உயரம் வயது 22, 23. பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத் துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 3064.

* பிரஹசரணம், பாரத்வாஜ கோத்திரம் சித்ரா நட்சத்திரம் வயது 24. 5' உயரம். எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. நல்ல அழகான குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பிராமணப் பையன் இருந்தால் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3065.

* இசை வேளாளர் பிள்ளை வகுப்பு, நடுத்தர வகுப்பு குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அழகும், குணமும் நிறைந்த குடும்பப்பாங்கான 23 வயது பெண்ணுக்கு, நிரந்தர உத்யோகத்தில் உள்ள நல்ல மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். விபரங்களுடன் விண்ணப் பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3066.

* தென்கலை அய்யங்கார் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் பி.காம் 29 வயது அஸ்வினி நட்சத்திரம் கோவாப்ப ரேட்டிவ் சொஸைட்டி கிளார்க். நல்ல தோற்றம் குணம் நிறைந்த பையனுக்கு அதே குலத்திலோ வடகலையிலோ வேலை பார்க்கும் அல்லது வேலைக்குத் தகுதியுள்ள அழகுள்ள மணப்பெண் தேவை. பெட்டி எண்:3067.

* ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் வடகலை அய்யங்கார் பூரம் நட்சத்திரம் வயது 27, படிப்பு (பி.எஸ்ஸி) உயரம் 5' 11'' திருச்சி BHEL ல் கிளார்க் (சம்பளம் ரூ. 1300) ஆக பணிபுரியும் பையனுக்கு மணமகள் தேவை. மணமகளின் பெற்றோர்கள் விவரங்களுடன் விண் ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3068.

* வடகலை அய்யங்கார் எம்.எஸ்ஸி. படித்த பிசின ஸில் ரூ 1500/- மாத வருமானமும். மதுரையில் சொந்த வீடு, நிலமும் உள்ள, 40 வயது வாதுல கோத்திரம் ரேவதி நட்சத்திரம், சிகப்பும் 5½ அடி உயரமுமுள்ள வரனுக்கு மணமகள் தேவை. வேலை யில்லாதிருப்பினும் சரி. வரதட்சணை வேண்டாம். பெட்டி எண்: 3069.

* சைவ வெள்ளாள சமூகத்தைச் சேர்ந்த 23 வய துள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. தேர்வுபெற்ற நல்ல அழகும் குடும்பப்பாங்குமான பெண்ணுக்கு வசதியும் அழகும் குணமும் வேலையிலிருக்கும் மணமகன் தேவை. ஜாத கம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3070.

* பிருஹசரணம் கபி பூரம் 37/165 பட்டதாரி அர சாங்க அங்கீகார வங்கியில் 15 ஆண்டுகளாகப் பணி புரியும் வரனுக்கு வேலைபார்க்கும் பட்டதாரி மண மகள் தேவை. எளிய திருமணம், வரதட்சணை வேண் டாம். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3071.

* பிருஹசரணம் கபி அசுவனி 33/153 எம்.ஏ. பி.எல். சென்னை உயர்நீதிமன்றத்தில் 5 ஆண்டுகளாகப் பணியாற்றும் வழக்குரைஞர் பெண்ணிற்கு சென்னை யிலேயே பணிபுரியும் (preferable) முதுகலை பட்ட தாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3072.

* கௌசிக கோத்திரம் வடமாள் எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. விசாகம் 4ம் பாதம் மத்திய அரசாங்க வேலையில் ரூ. 1200/- சம்பளத்திலுள்ள 35 வயதான பெண் ணிற்கு அரசாங்க/பாங்க் வேலையிலுள்ள வடமாள் பையன் தேவை. சீர் வரிசைகள் நன்கு செய்யப்படும். பெட்டி எண்: 3073.

திருமகளின் தித்திக்கும் நூல்கள்

	ரூ. பை
வண்ணக் கேக்குகள், இனிய பிஸ்கட்டுகள் வண்ணப்படங்களுடன் — லோலக்ஷ்மண ராஜ கோபாலன்	20.00
சுவைமிக்க உணவுகள், ருசியுங்கள் ரசியுங்கள் லோலக்ஷ்மண ராஜகோபாலன்	20.00
சுவையான இனிப்பு வகைகள்	9.00
நவீன அசைவ உணவு வகைகள் — வண்ணப்படங்களுடன் விசாலாட்சி	21.00
சுவையான சிற்றுண்டிகளும் சமையலும ..	14.00
பழரசம், ஜாம், ஊறுகாய் செய்முறை ..	5.00
திருமகள் கோலக்கலை ..	4.50
அப்பளம், வத்தல், வடாம், ஊறுகாய் செய்முறை ..	3.00
நாம் அழகாய் இருக்க அருண கோபால கிருஷ்ணன்	20.00
பெண்களுக்குப் பயனுள்ள குறிப்புகள்	7.50
புதுமணத்தம்பதிகளுக்கு (முதலிரவு வழிகாட்டி)	9.50
ஆண் பெண் அங்கப் பலன்கள் சந்தலிதாசன்	11.00
நீங்களும் உங்கள் குழந்தையும் இந்துமதி	5.00
கணவன் மனைவி களிப்புடன் இருப்பது எப்படி, பி. சி. கணேசன்	6.75
உங்கள் உடலும் மனமும்	6.00
உணவில் புலால் தேவையா கருப்பையா	8.00
பதார்த்த குண சிந்தாமணி முல்லை முத்தையா	20.00
எளிய தமிழ் மருந்துகள் திருமலை நடராஜன்	5.00
கால முழுதும் காத்திருப்பேன் "லக்ஷ்மி"	15.00
உயிரே ஓடி வா ..	10.00
மிதிலா விலாஸ் ..	25.00
காஞ்சனையின் கனவு ..	20.00
லட்சியவாதி ..	25.00
வைர மூக்குத்தி ..	10.00
சூர்யகாந்தம் ..	35.00
அது சரி அப்புறம் - சிவசங்கரி	16.00
ருசி கண்ட பூனை ..	6.00
ஆயுள் தண்டனை ..	17.50
பிராயச்சித்தம் ..	9.50
ஒற்றைப் பறவை ..	10.75
போய் ..	10.00
யார் — இந்துமதி	7.00
மீண்டும் என் தொட்டிலுக்கு கவிஞர் வைரமுத்து	10.00
நகைச்சுவை நாடகங்கள் அரக மணிமேகலை	15.00
புண்யாக வாசனம் "தூன்"	8.50
ராஜாஜியின் பொன்மொழிகள் — முல்லை முத்தையா	2.00
மகளிர் பெருமை — கிருபானந்தவாரியார்	6.00
திருவள்ளுவர் இல்லறம் — மதுரை முதலியார்	8.80
தென்னாலிராமன் கதைகள் ஏ.எஸ்.பி. அய்யர்	8.50
அயோத்தியிலிருந்து இலங்கை வரை கி. ராதாகிருஷ்ணன் I. P. S.	21.00
சிந்தனைப் பூங்கா க. ஸ்ரீபால் I. P. S.	6.50
நந்திபுரத்து நாயகி-1 & 2ம் பாகங்கள் டாக்டர் விக்கிரமன்	60.00
ராஜராகம் — கோ. வி. மணிசேகரன்	36.00
இதயத்தில் நாற்காலி — மு. மேத்தா	7.00

தனிப்பிரதி வேண்டுவோர் புத்தகவிலையுடன் ரூ. 2/- சேர்த்து அனுப்புக. புத்தகங்கள் வாங் கும்போது ஆசிரியர் பெயரைக் குறிப்பிட்டு கேட்டு வாங்கவும்.

திருமகள் நிலையம்,
55, வெங்கட் நாராயண ரோடு,
தி. நகர், சென்னை — 17.
போன்: 442899.

* கௌசிக கோத்திரம் வடமாள் எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. அரசாங்க வேலையில் ரூ 1400/— மாதச் சம்பளத்திலுள்ள 43 வயதுள்ள பையனுக்கு அரசாங்க வேலையிலுள்ள/எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. பாஸ் செய்த வடமாள் பிரிவை மட்டும் சேர்ந்த பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதுக. பெட்டி எண்: 3074.

* வாணிய செட்டியார் வயது 32. பட்டதாரி. அரசுத் துறையில் வேலை சம்பளம் ரூ 1500/— சிகப்பு 5' 6'' அதே ஜாதியில் அழகுள்ள மாநில/மத்திய அரசுத் துறையில் பணிபுரியும் பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விபரங்களுடன் எழுதுக. S.A. கிருஷ்ணன், 5, போடி பங்களா சந்து, மேலமாசி வீதி, மதுரை—1.

* நடுத்தர நாயுடு குடும்பம் எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வரை படித்த குடும்பப்பாங்கான லக்ஷணமுள்ள, 160 செ.மீ. உயரமுள்ள பெண்ணுக்கு அரசு வேலை அல்லது தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. பெட்டி எண்: 3075.

* அய்யர், பிரஹசரணம் கௌதம கோத்திரம் வயது 25. எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. டைப் பாஸ் செய்துள்ள வேலையில்லாத பெண்ணுக்கு படித்த வேலையில் உள்ள பையன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3076.

* நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 31 வயதுடைய, குடும்பப்பாங்கான, ஐந்து வயது பெண் குழந்தையுடைய, இளம் விதவைக்கு மறுமணத்திற்கு 40 வயதுக்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. சாதி, மதம் பாகுபாடில்லை. பெட்டி எண்: 3077.

* முலக நாடு தெலுங்கு பிராமணன் கௌசிக கோத்திரம் 6.6.55 மூலம் நட்சத்திரம். பி.எஸ்ஸி. பி.எட். வங்கி அதிகாரியாக உள்ள மணமகனுக்கு ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். தெலுங்கு உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 3078.

* திருநெல்வேலி சைவ வெள்ளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 28 வயது பாங்கில் பணிபுரியும் வாலிபருக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த மத்திய சர்க்கார்/பாங்கில் பணிபுரியும் ஹைதராபாத்துக்கு மாற்றி வரக்கூடிய பெண் தேவை. முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3079.

* வடமாள் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், உத்திரம் 33/150 செ.மீ. பி.எஸ்ஸி படித்த குடும்பப்பாங்கான நற்குணங்களுடைய பெண்ணிற்கு நிலையான வருமானமுள்ள வரன் தேவை. மூலம், ஆயில்யம், உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3080.

* ஆரோக்கியமான கம்பீரத் தோற்றமுள்ள நல்ல வசதியும் அந்தஸ்துமுள்ள கெட்ட பழக்கங்கள் எதுவுமில்லாத குணமும், பண்பும் நேர்மையும் திறமையும் தியாக மனப்பான்மையும் உள்ள உடன் பிறப்புகளில்லாத நாற்பத்திரண்டு வயதுள்ள உயர் ஜாதி பட்டதாரிக்கு, முற்போக்கு எண்ணங்களுள்ள **(Independent Progressive views)** ஆரோக்கியமான பெண்களிடமிருந்து விண்ணப்பங்கள் எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. வரதட்சணை இல்லை. ஜாதி, மத பேதமில்லை. விதவை, விவாகரத்தானவர் தடையில்லை. தனித்து ஆதரவற்றோரும், உடல் ஊனமுற்றோரும் விண்ணப்பிக்கலாம். மிகக் கூடுதல் வயதும் (50க்கு மேலும்) தடையில்லை. முதலிலேயே முழு விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பரிசீலனைக்குப் பின் பதில்கள் தாமதமின்றி திருப்பியனுப்பப்படும். பெட்டி எண்: 3081.

* சொத்து 6 லட்சம், சென்னை திரைப்படக் கல்லூரியில் எடிட்டிங் லெக்சரர், வயது 27, மாதச் சம்பளம் ரூ 1500/— சோழிய வெள்ளாளர் வசதி மிக்க மணமகனுக்கு அழகான வசதி மிக்க படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் பற்றி கவலை இல்லை. ஒரே பெண்ணாக இருந்தால் முன்னுரிமை கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 3082.

* அசைவ முதலியார் மாநிறம் வயது 35 எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. தனியார் கம்பெனியில் வேலை நிரந்தர அல்லது நல்ல பிசினஸ் செய்யும் பார்டன் எதுவுமற்ற குணமுள்ளவர் தங்களைப் பற்றிய குடும்ப முழு விபரங்களுடன் எழுதவும். சுமாராகத் திருமணம் நடத்தித் தரப்படும். ஜாதகம் இல்லை. பெட்டி எண்: 3083.

* அசைவ முதலியார் மாநிறம் வயது 21 பிளஸ் 2. நிரந்தர அல்லது நல்ல பிசினஸ் செய்யும் பார்டன் எதுவுமற்ற குணமுள்ளவர் தங்களைப் பற்றிய குடும்ப முழு விபரங்களுடன் எழுதவும். திருமணம் சுமாராக நடத்தித் தரப்படும். ஜாதகம் இல்லை. பெட்டி எண்: 3084.

* அழகும் குணமும் தெய்வ பக்தியும், குடும்பப் பாங்கும் உடைய 35 வயது நைத்ருவ காசிப கோத்திரம், உத்திரட்டாதி, கன்யா லக்னம், எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வடகலை அய்யங்கார் பெண்ணிற்கு வரன் தேவை. தென்கலை சம்மதம். நிலையான வருமானம் உள்ளவர்களும், அய்யங்கார் இனத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் மட்டுமே விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3085.

* வடமாள், அய்யர், கௌசிக கோத்திரம் கேட்டை நட்சத்திரம் வட ஆற்காடு மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த இண்டர்மீடியட் வரை படித்த 5 அடி, 32 வயதுடைய பெண்ணிற்கு மாதம் ரூ 1000/— குறையாத நிரந்தர வருமானம் உள்ள வரன் தேவை. இரண்டாம் தாரம் வேண்டுபவர்கள்விண்ணப்பிக்கவேண்டாம்.தேவைப்பட்டால் பெண்ணின் சகோதரன், 28 வயது, திருவோண நட்சத்திரம், பாங்க் அதிகாரியாக பணிபுரிவோர்க்கு பெண் கொடுத்து வாங்க விருப்பமுள்ளவர்கள் (அ) பெண்ணிற்கு மட்டுமோ விண்ணப்பிக்கலாம். பிரஹசரண பிரிவினரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3086.

* சைவ ஜாதி, வயது 30, சிகப்பு நிறம், அழகும் அடக்கமும் பொருந்திய பெண்ணுக்கு நல்ல உத்தியோகமும் அல்லது வியாபாரியும், பரந்த மனமும் உடையவராகவும்மனைவியைஇழந்தவரும்/விவாகரத்து செய்தவராக இருந்தாலும் விண்ணப்பிக்கவும். ஜாதி மதம் இல்லை. உடனே திருமணம் செய்துத் தரப்படும். பெட்டி எண்: 3087.

* பாரத்வாஜ கோத்திரம், வடமாள், மக நட்சத்திரம், எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி படித்த 26 வயதான, குடும்பப் பாங்கான ஐயர் பெண்ணிற்கு (உயரம் 5' 3'') தமிழ் அல்லது தெலுங்கு பிராமண வகுப்பைச் சேர்ந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். (தாய் தெலுங்கு, தந்தை தமிழ் பிராமணர்) பெட்டி எண்: 3088.

* இந்து ஆதி திராவிட வகுப்பைச் சேர்ந்த, பட்டதாரி 23/152 செ.மீ. டில்லியில் பிறந்து வளர்ந்து எல்.ஐ.ஸி.யில் பணிபுரியும், குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு 32 வயதுக்குள் நற்குணமும் பரந்த மனப்பான்மையும் கொண்ட மணமகன் தேவை. பெண்ணின் பெற்றோர் நிரந்தரமாக டில்லியில் வசிப்பவர்கள். டாக்டர்/இன்ஜினியர்/பாங்க் அதிகாரி. குடும்ப விவரத்துடன் ஜாதகம் (அல்லது பிறந்த தேதி, நேரம்) குறிப்பிட்டு விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3089.

* மாத்வ, தேசஸ்த சங்கவித பூத மாறுஷ கோத்திரம், பூராடம், 27 வயது, உயரம் 5', அழகு, குணம் உள்ள குடும்பப்பாங்கான எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. ஆங்கிலம், தமிழ் (டைப்ரைட்டிங் ஹையர் தமிழ் & ஆங்கிலம்) தேர்ச்சி பெற்ற பெண்ணுக்கு நிரந்தர அரசு அல்லது தனியார் வேலையில் உள்ள படித்த வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம் (கன்னடம் அல்லது தேசஸ்த) பெட்டி எண்: 3090.

* அடக்கமும் பொறுமையும் குடும்ப நிர்வாகத் திறனும் நிறைந்த 5 அடி உயரமான மாநிறமுள்ள சற்று ஒல்லியான தேக அமைப்புடைய விவாகமாகாத 37 வயதுள்ள செங்குந்த முதலியார் பெண்ணிற்கு முதலியார் வகையில் தகுதியான மணமகன் தேவை. 45 வயதிற்குட்பட்டவர்கள் (தாரமிழந்தவர்களும்) விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3091.

* 31 வயதுள்ள எம்.ஏ. பி.எட். படித்துத் தனியார் மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளியில் பணிபுரியும் 5 அடி 4 அங்குலம் உயரமான அழகிய சிவப்பு நிறமுள்ள

திருமணமலர்ப் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ 30/– தொகையை 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒருவருக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்...... c/o..மங்கையர் மலர், கிண்டி சென்னை 600 032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

செங்குந்த முதலியார் பெண்ணிற்கு தகுதியுள்ள முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. எஞ்சினியர், டாக்டர், பாங்க் அல்லது Gazetted பதவியிலுள்ள வரன் வரவேற்கப்படும். பெட்டி எண்: 3092.

• சௌனக கோத்திரம், உத்திராடம், 27 வயதான, பி.யு.சி. படித்து, மத்திய அரசு வேலையில் ரூ 1500/– மாதச் சம்பளமுள்ள கன்னட மாத்வப் பையனுக்கு நல்ல, மாற்றலாகக் கூடிய வேலையிலிருக்கும் மாத்வப் பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 3093.

• செங்குந்தர், கைக்கோளர் பிரிவு, சொக்கநாதர் கூட்டம். படிப்பு Non Metric. வயது 43. முதல் திருமணம். தேசியமயமான வங்கியில் கிளார்க்காகப் பணிபுரியும் ரூ 1700/– மாதம் வாங்கும் 5' 10'' உயரம் உள்ள வரனுக்குக் குடும்பப் பெண், தெய்வபக்தி, சிகப்பு நிறம் முகம் லக்ஷ்மிகரம் பொருந்திய படித்த பேங்கில் வேலை செய்யும் பெண் தேவை. ஜாதி வித்தியாசமில்லை. மணமகனுக்கு 2 லட்சம் பெறுமானமுள்ள Terros Bunglaw உள்ளது. பெட்டி எண்: 3094.

• நெல்லை சைவப் பிள்ளை மணமகள் தேவை! வெண்பா! ஆங்கில — ஏ. எம்.பில்! ஆற்றல்! உயர் குடும்பப் பாங்கு! கதை! உண்டி! படைப்பாற்றல்— ஓங்கு புகழ்ச் சைவ மணப் பெண்ணிற்குத் தக்க வரன் தேவை! பையனைப் பெற்றோர் பதில்! ஜாதகமும் பார்த்தேயாம் சம்மதிப்போம்! மாமி குண ஜாதகமும் பார்த்தால் சவுகரியம்!—மாதவம்தான் செய்து பெற்ற பெண்! கண்போல் சீராட்டும் பண்பு மிகும் பையனும் சொல்க! பதில்! பெட்டி எண்: 3095.

• செங்குந்த முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த மாநில அரசாங்க பணியில் மாத வருமானம் ரூ 650 பெறும் வாலிபருக்கு (வயது 31; எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி.) அதே வகுப்புள்ள மாநில, மத்திய அரசில், பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3096.

• பால கோத்திரம் சதய நட்சத்திரம் கவர நாயுடு (பலிஜா நாயுடு) 5' 3'' உயரம் உள்ள சிகப்பு நிறமும் உள்ள 26 வயது பெண்ணிற்கு நிரந்தர உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. 10 சவரன் நகை, கட்டில், பீரோ, பாத்திரங்கள் மற்றும் இதர சீர் வகைகள் கொடுத்து நல்ல முறையில் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். பலிஜா நாயுடு அல்லது கவர நாயுடு மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3097.

• Wanted fair Sourashtra Bride below 26, employed in Bank/Insurance for Groom (31) M.Com., C.A.I.I.B. working in Bank, Rs. 2,100/- Own house, no relatives, registered marriage; only sincerely interested need apply. Box No. 3098.

• Alliance for Bharadwaja Gothra Welnadu (Telugu speaking) Brahmin girl 32 years 4' 11" Arts Graduate working in Electronic Manufacturing Co., Bangalore earning Rs. 700/- per month salary. Well employed Bridegrooms required. Any suitable Bridegroom preferred. Reply to Box No. 3099.

• Alliance invited for a Vadagalai Srivatsa Gothram Ayyangar Girl, Post Graduate working in a women's College, aged 31 years. Box No. 3100.

• Alliance invited from good-looking Vadama Girl below 30 years for 33/170 Boy Kaushika Gothram, Pooram Star doing Real Estate Business at Madras having own flat in Bombay. Box No. 3101.

• Highly Rich propertied Madras based Business man from very respectable family in his forties wants a life companion. Orphans, widows, poor young Girls preferably Brahmins or Hindus. W-ite-with particulars to Box No. 3102.

• Alliance invited from Hindu Tamil Vegetarian Brides for Double Graduate Boy 33 years 165 cms. of inter caste parents. Father Vellala; Mother Brahmin. Employed as Steno, salary Rs. 1300/-. Vision affected in right eye due to small pox in child-hood. Uses artificial eye. Difference not noticeable. Box No. 3103.

• Alliance invited for an Ashtasahasram, Vadhoola Keralite Ayyar Boy aged 28. S.S.L.C. Star Pooram Medium complexion. Height 158 cms. Managing own Estates at Nilgiris. Suddha Jathakam. Subsects no bar. Apply with Horoscope to Box No. 3104.

• Alliance invited from Non Kashaypa Iyer Medical Doctors preferably Post Graduates below 30 for Keralite U.K. qualified Iyer Doctor Girl 22 presently doing internship in Hospital in U.K. Reply to Box No. 3105.

• Wanted tall employed (preferably Bank) Graduate Girl for Adi-Dravida Boy 32, Central Govt. Service, earning Rs. 1700/- p.m. Kindly reply with full particulars to Box No. 3106.

• Wanted non-Srivatsa Graduate employed (preferably Bank) Vadama Brahmin Bride for Bachelor 40, Engineer, Central Govt. Service drawing over Rs. 2000/-. Reply with horoscope to Box No. 3107.

• Graduate, preferably employed, homely, pretty Tamil Brahmin Bride for Iyer Boy 28, B.Com., Diploma in Jouranlism; employed in a (transferable) Central Government Office at Calcutta as UDC. No dowry. No demands. Correspond to Box No. 3108.

• Alliance from non-Naithruva Kasyaba Iyengar Bridegrooms for two sisters 25/24 years old doing degree course. Births stars Uthirattathi/Tiruvonam respectively. Decent simple Marriage. Box No. 3109.

• Matrimonial proposals invited from parents of employed Girls below 35 years of age for a Telugu Brahmin, Telaganya, Kousika, Maham, 42/5'7"/1650 (M.A.)., M.Ed., Teachers preferred. Box No. 3110.

• Catholic, wheatish, educated, employed or affluent Girl for handsome Vellala Boy D.M.E. (B. Com III) reputed group, Madras 27 yrs/170 cm/Rs. 34,000 per annum. Reply with family particulars to Box No. 3111.

• Alliance invited from tall, decent, Mudaliar Engineers, Doctors, Executives, Businessmen not exceeding 38 years for well educated, slim, charming 5' 4" home loving girl, father retired Class I Officer. Reply to Box No. 3112.

• Alliance invited with Horoscope for Brahacharanam Srivatsa Gothram Girl, age 25. 5' 1". B.Sc., Officer, Nationalised Bank. No dowry. Simple jewels. No silk sarees. Simple decent marriage. Box No. 3113.

• Non-Srivatsa well placed Groom within 45 for fair teleganya, Telugu Brahmin Girl 39, employed.

Only daughter, Decent Marriage, Widowers no bar. Sub-sects among Telugu Brahmins no objection. Box No. 3114.

- Suitable alliance for Iyengar, Vadagalai, Vadhoola Girl, B.A., 29½ years, fair, slim, bespectaled, four feet ten inches, drawing one thousand, Postal Department, Rishaba Lagna, Pooram, Father Senior Officer, from Bridegrooms permanently employed in Madras, Chingleput, Cuddalore. Horoscope, Bio-data, full family details to Box No. 3115.

- Alliance invited from employed Iyer boys below 40 for a Kerala Brahmin Girl, fair, Graduate, aged 34 employed as a teacher (no transfer). Star Ayiliyam. Kousika Gothram. Write with full details to Box No. 3116.

- Alliance for fair, beautiful, Iyengar, Divorce, Matriculate Girl age 28 from well settled Hindu Grooms around 33 years. Preference Brahmins. Widowers/Divorces without encumbrance may apply. Box No. 3117.

- Alliance invited from non-Bharadwaja Girls for a well employed in Gulf Graduate Boy. Magam 35 years. Girl should be fair complexioned with good personality. Reply with Horoscope to Box No. 3118.

- Alliance invited from non-Bharadwaja Girls for well settled widower with no encumbrance Magam 40 years south based. Reply with Horoscope to Box No. 3119.

- Alliance invited for Bangalore based Vadama Srivatsa Kettai 4th Padam Iyer Boy 37, employed reputed firm, S.S.L.C. earnings around Rs.1600/- p.m. From employed Iyer Girls around 30 years from Bangalore or transferable to Bangalore. Reply with full details to Box No. 3120.

- Fair, good-looking, educated, cultured, Middle Class Bride for Tamil Chettiar, Vegetarian, Public sector employed, A.C.A., A.C.S. (Finalist), 32/160/3000. All Chettiars acceptable. Intercaste marriage, preferably vegetarian family acceptable where Bride equally placed/qualified. Box No. 3121.

- Alliance required for fair Graduate Girl 21/165. Strict vegetarian. Officer's daughter, Groom below 30 years. Engineer, Bank Officer, Executive, Doctor belong to Saiva Vellala family may apply to Box No. 3122.

- ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், உயரம் 5' 1'' உள்ள பி. காம். கரஸ்பாண்டன்ஸ் கோர்ஸ் படித்துக் கொண்டிருக்கிற 19 வயது நிரம்பிய அழகுள்ள பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. பிரஹசரணம் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். ஜாதகத்துடன் குடும்ப விவரமும் எழுதவும். நட்சத்திரம் கேட்டை. பெட்டி எண்: 3123.

- வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், அவிட்டம், பி. காம்., 29 வயது, 5' 7'' மாநில அரசில் ரூ. 1100/– வருமானம் பெறும் பையனுக்கு சென்னையில் வேலை பார்க்கும் அல்லது சென்னைக்கு மாற்றல் பெறக்கூடிய குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3124.

- மாநில அரசு கம்பெனியில் பணிபுரியும் பி. காம் (GDMM) சம்பளம் ரூ 1025/– உத்திரம் தென்கலை பாரத்வாஜ கோத்திரம் 29 வயது பையனுக்கு சென்னையில் பணிபுரியும்/மாற்றல் பெறக்கூடிய பெண்களிடமிருந்து வரன்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. வடகலையும், சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3125.

- தமிழக அரசில் கெஜட் பதவியில் உள்ள தாரமிழந்த ஆபீசருக்கு 35 வயதுக்கு மேற்பட்டு, குடும்பப் பாங்கான அன்புள்ளம் [illegible]ண்ட வாழ்க்கை துணைவி தேவை. ஜாதி வேறுபாடு [illegible]ல்லை. விதவைகளாகவும், கணவனால் கைவிடப்பட்டு விவாகம் இல்லாதவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஓரளவுக்குப் படித்திருக்க வேண்டும். பெட்டி எண்: 3126.

- காமராஜர் மாவட்டம், சாலியர் வகுப்பைச் சார்ந்த பி.எஸ்ஸி., பி.டெக் (மெக்கானிகல்) (எம்.ஐ.டி.) படித்த, புகழ் பெற்ற லிமிடெட் கம்பெனியில் எக்ஸிகியூடிவ் இன்ஜினியர் ஆக வேலை பார்க்கும் 29 வயதும், 168 செ.மீ. உயரமும் உள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்தவருக்கு, நல்ல குணமும், லட்சணமும் பொருந்திய சாலியர் வகுப்பைச் சார்ந்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 3127.

- பிரஹசரணம் பாரத்வாஜம், வயது 24, சிவப்பு, உத்திரம், பி.எஸ்ஸி, உயரம் 4' 10'' அழகான கௌரவமுள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பிராமணப் பெண்ணுக்கு அரசாங்கத்தில்/பாங்கில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. மேற்படி பெண்ணின் சகோதரன், வயது 30, சிவப்பு, திருவோணம், பி.யு.சி. உயரம் 5' 9'', சொந்த விவசாயம் பார்க்கும் பையனுக்கு அழகான மணமகள் தேவை. பெண்ணின் திருமணம் சிறந்த முறையில் செய்து தரப்படும். பெட்டி எண்: 3128.

- மத்திய அரசில் கிளார்க், மாதம் ரூ 1000க்கு மேல் சம்பளம் பெறும், 28 வயது இந்து (பள்ளர்) பி.ஏ. வரை படித்த மாப்பிள்ளைக்கு, வேலையிலுள்ள அல்லது ஓரளவு படித்த மணமகள் தேவை. மாநிறமாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. மதம், இனம் ஒரு பொருட்டல்ல. பெட்டி எண்: 3129.

- பிராமின் வடமாள் கௌண்டின்ய கோத்திரம் பூரட்டாதி நட்சத்திரம் சென்னை தொலைபேசியில் கேர்டேக்கராக பணிபுரியும் மாதம் ரூ 870 சம்பளம் பெறும் 32 வயது பையனுக்கு வேலைக்கு போகும் பெண் மட்டும் தேவை. வரதட்சணை வேண்டாம். முகவரி: T.A. Meenakshisundaram, 22/21;C.P.W.D. Quarters, K.K. Nagar, Madras-600 078.

- செல்லஸ் ரெப்ரெஸன்டேடிவ்வாக வேலை பார்க்கும் எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி., வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திர 34 வயது வரனுக்கு வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 3130.

- டிப்ளமா இன் எலெக்ட்ரானிக்ஸ் இன்ஜினியரிங் படித்து சென்னை தொலைபேசியில் வேலை செய்யும் சைவ தேசிகர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 25 வயது நிரம்பிய அழகான பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன்கள் அதே வகுப்பு/சைவ பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த வரன்களின் பெற்றோர்களிடமிருந்து விரிவாக ஜாதகம், குடும்பம், பையனின் படிப்பு மற்றும் வேலை விவரங்களுடன் உடனடியாக பெட்டி எண்: 3131க்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டுகிறோம்.

- நாற்பது வயதாகியும் சொத்துக்களிருந்தும் திருமணமோ, மறுமணமோ இல்லாது மனமுடைந்து நிற்கும் கீழ்காணும் வகை பெண் தேவை. நோக்கம் பதிவுத் திருமணம். சாதி இல்லை. 1. வெண் குஷ்டத்தால் விலை போகாதவர்; 2., வீண் அபவாதத்தால் கன்னியாக நின்று விட்ட பெண்; 3. வரதட்சணைக்காக கைவிடப்பட்டவர்; 4. குடிகார கணவரிடமிருந்து விலக்கு பெற்றவர்; 5. எட்டு வயது சிறுமி மட்டுமே உள்ள விதவை. பெட்டி எண்: 3132.

- வயது 28, 26. வைகாநிஸம், காசிப கோத்திரம். ஐ.எ.எஸ். டெல்லியில் எலெக்ட்ரானிக் ஸ்பெஷலிஸ்டாக பணிபுரியும் வரனுக்கு வடகலை அல்லது தென்கலை அல்லது ஐயராக இருப்பினும் சரி. பெண் படித்தவளாகவும், வேலையில் இருப்பதும், ஹிந்தி அறிந்திருப்பதும் தேவையானவைகள். வரதட்சணை எதிர்பார்ப்பு இல்லை. பெட்டி எண்: 3133.

- பம்பாயில் மத்திய அரசுத்துறையில் பணிபுரியும் சம்பளம் ரூ 1,300/– தமிழ் இந்து ரெட்டியார் வயது 27க்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த பம்பாயில் அரசு/பொதுத் துறையில் பணிபுரியும்/படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 3134.

* இந்து மதம் கள்ளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த சென்னையில் தமிழ்நாடு அரசில், மாதம் ரூ 1500/— சம்பளம் பெறும் மனைவியை இழந்த இரண்டு குழந்தையுள்ள 40 வயது ஆடவரை மறுமணம் செய்து கொள்ள, குழந்தையற்ற 32 வயதிற்கும் குறைவான விதவை, விவாகரத்துப் பெற்ற மகளிர், பெற்றோர் பற்றிய விபரங்களுடன் பெட்டி எண்: 3135 க்குத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

* தமிழ் யாதவ குல மணமகன் 30 எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி, நிரந்தர வருமானம் ரூ 600/—. சென்னையில் வீடு, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர். படித்த, அழகான, குடும்பத்தைச் சிறப்பாக நிர்வகிக்கும் மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். ஹிந்து எந்த ஜாதியும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3136.

* கும்பகோணம், சோழிய வேளாளர், அசைவ வகுப்பைச் சேர்ந்த 26 வயது எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி, எம்பிராய்டரி, தையல் பயிற்சி உடைய, 5' 4'' உயரமான சிவந்த நிறமுள்ள குடும்ப நிர்வாகத்தில் கை தேர்ந்த அழகிய மணமகளுக்கு கௌரவமான அரசு வேலை/சொந்த தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3137.

* வன்னிய குல க்ஷத்திரியர், ஆசிரியர், மாத சம்பளம் ரூ 1700/—. 36 வயதுள்ள மணமகனுக்கு. 36 வயதுக் குட்பட்ட வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. குழந்தையில்லாத விதவையும், எந்த ஜாதியினரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3138.

* வடமாள் நல்ல நிறம் ஐந்தடி உயரம் 35 வயதுப் பெண் இளமைத் தோற்றம், படிப்புக்குத் தகுந்த தகுதியுடன் சென்னை லிமிடெட் கம்பெனி வேலை, சம்பளம் ரூ 500/— திருவாதிரை நட்சத்திரமுள்ள மணமகளுக்கு ஸங்க்ருதி கோத்திரமில்லாத 36 க்கு மேற்பட்ட வயதில், நல்ல வேலையும் சம்பளமும் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகம் விபரம் அனுப்புக. பெட்டி எண்: 3139.

* பிரஹசரணம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், 25 வயது, ஆயில்யம் 2ம் பாதம் செவ்வாய் தோஷமுள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. பாஸ், டைப்ரைட்டிங் ஹையர் (ஆங்கிலம், தமிழ்) தேர்ச்சியுடன், சுருக்கெழுத்து ஆங்கிலம் லோயர் பயின்றும் மாநிறமுள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு தாய் அல்லது தந்தை இல்லாத 35 வயதிற்குள் உள்ள ரூ 1000/—க்கு குறையாத நிரந்தர அரசாங்க உத்தியோகம் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3140.

* இந்து நாடார் வயது 32 பிஸினஸ் (மதிப்பு ஐந்து லட்சம்) வசதியுள்ள மணமகனுக்கு இரண்டாம் மணம் முடிக்க திறமை உள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விபரத்துக்கு தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 3141.

* 24 மனைத் தெலுங்கு செட்டியார் இனத்தில் 42 வயதான பி.ஏ. பி.எட்., படித்த, விவாகரத்துப் பெற்ற (குழந்தைகளற்ற), மேல்நிலைப் பள்ளியில் செகண்டரி கிரேடாக ரூ 1144/— ஊதியம் பெறுபவருக்கு அதே இனத்தில் 16 வீட்டைச் சேர்ந்த அழகுடைய படித்த/பட்டதாரி மணப் பெண் 20 முதல் 30 வயதிற்குள் தேவை. பெட்டி எண்: 3142.

* வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் கவுண்டர் எம்.காம்., ஐ.சி.டபிள்யு.ஏ., இண்டர் சி.எஸ். படிப்பு 31 வயது. சம்பளம் 3200/— பம்பாயில் ஆடிட்டராகப் பணியும், சொந்த வீடுமுள்ள வரனுக்கு 26 வயதுக்குள் நல்ல குடும்பப் பின்னணியுடன் நிறையப் படித்த பெண் (சைவமாயிருப்பின் நலம்) தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3143.

* இசை வேளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த; பிரபல தனியார், நிறுவனத்தில் ரூ 1500/— சம்பளத்தில் பணியாற்றும் 28 வயது 5' 6.5'' இளைஞருக்கு பண்பும், அழகுமுள்ள படித்த பெண் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகக் குறிப்புடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 3144.

* இந்து நாடார் பெண் வயது 26 படிப்பு எம்.பி! பி.எஸ். சிவப்பு, 5' 3''. அதே ஜாதியில் நல்ல இடத்தில் டாக்டர் மணமகன் தேவை. விபரங்களுடன் எழுதவும். முகவரி: S. அனந்தகிருஷ்ணன், 5, போடி பங்களா சந்து, மேலமாசி வீதி, மதுரை—1.

* கன்னட தேவாங்க செட்டியார் வகுப்பு பி. காம். படித்து மாதம் ரூ 3000/— சம்பாதிக்கும் 27 வயது அழகான இளைஞருக்கு. நன்றாக ஆங்கிலம் பேசவல்ல, பரத நாட்டியம், இசை நல்ல தேர்ச்சியுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதி வரம்புகள் இல்லை. **Bio-Data**, குடும்ப விபரங்களுடன் (ஜாதகம் இருந்தால் அனுப்பவும்) எழுதவும். பெட்டி எண்: 3145.

* வாத்திமாள் கௌதம கோத்திரம். 41/160 செ.மீ. அரசாங்க நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் ரூ 2000/—க்கு மேல் மாத சம்பளம் பெறும் மணமகனுக்கு 30—35 க்குள் படித்த கௌரவமான நல்ல வேலையில்/வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வரதட்சணை தேவையில்லை. விரைவில் திருமணம். பெட்டி எண்: 3146.

* சைவ வெள்ளாளப் பிள்ளை வயது 26 திருவாதிரை மத்திய அரசின் கீழ் தமிழ்நாட்டில் 1600 ரூபாய் சம்பளம் ஏனைய வசதிகளும் உள்ள 5' 10'' உயரமுள்ள பட்டதாரி மணமகனுக்கு அதே இனம் பட்டதாரி முடித்தால் தமிழ்நாட்டில் வேலையும் உள்ள அழகிய மணமகள் தேவை. குடும்ப விபரம் ஜாதகத்தோடு விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3147.

* மணமகன் இந்து அகமுடையார் வகுப்பைச் சேர்ந்த மத்திய அரசு ஆபீசர். மாத வருவாய் 2300/— வயது 35. மிகவும் குடும்பப்பாங்கான நற்குணங்கள் நிறைந்த அழகான 22—27 வயதுக்குட்பட்ட மணமகளின் பெற்றோர்களிடமிருந்து கடிதத் தொடர்பு வரவேற்கப்படுகிறது. சாதி வேறுபாடில்லை. ஜாதகப் பொருத்தம் முக்கியம். பெட்டி எண்: 3148.

* Wanted Iyer Bachelor widower age 40 to 43 years for a Vadama Iyer Koundinya Girl 34 years. Star Swathi. S.S.L.C. unemployed. Fair good-looking girl. One or two children expected. Box No.3149.

* Alliance sought from Iyengar Bachelors/Widowers without encumberance below 50 years employed in Madras Government/Company/Businessman or transferable to Madras for Central (Madras) employed Haritha goodlooking Bride 45 years. Reply to Box No. 3150.

* Wanted handsome young Graduate Bride for respectable Vathima family Bharadwaja slim smart goodlooking, good-complexioned Graduate Bank Employee 29, 168, Rs. 1500/-. Avittam III Padam Suddha Jathagam. Details & Horoscope to Box No.3151.

* Alliance invited from non-Kaundinya Gothram Girls for Post Graduate Public sector Pune based employed Boy 29 years. Girls from respectable qualified and same sect (Vadamal) only. Horoscopes must. Box No. 3152.

* Suitable proposals are invited for a goodlooking Naidu Girl, 28/158 M.A. B.Ed., (English Literature) Central Government Teacher drawing four figure salary. Horoscope with Sevvai Dosham. No dowry. Box No. 3153.

* Decently employed/qualified Groom 35/39 preferably Keralite, for Vadama Bharadwaja Girl 33/158 Revati, Graduate, very fair, decent family settled in Bombay. Immediate marriage with accommodation if necessary. Details to Box No. 3154.

* Alliance invited from Non-Bharadwaja Graduate, tall, very fair Girls hailing from Kerala for qualified decently employed Groom, Thiruvadarai Star, good personality, very fair 37/180. Horoscope details to Box No. 3155.

• Wanted suitable Iyer Bridegroom preferably Keralite for Tamil Brahmin Girl (Divorcee without encumbrance) Sreevalsam, Vadama, Pooram 29/138, slim, fair, Teacher Govt. School, Kerala. Apply with Horoscope to Box No. 3156.

• Alliance invited from employed Grooms of medium height for educated domestically trained fair Srivatsa Gothra Keralite Bride 33 years Star Thiruvonam, height 146 cms. Apply to Box No.3157.

• Wanted well placed employed Graduate or Post-Graduate Boy (29-32) for very fair homely Vadama Athreya Post-Graduate Girl (26) employed in Tamilnadu Govt. Service drawing a salary of Rs. 1100/- p.m. Star Kettai. Height 5' 2". Box No. 3158.

• Wanted well-placed Graduate Girl for Vadama Athreya Graduate Boy (32) employed in foreign collaborated concern at Coimbatore getting a salary of Rs. 1600/- and haying his own business. Height 5' 4"/163 cms. Star Kettai. Box No.3159.

• Wanted well-placed employed Graduate Girl for Vadama Athreya Graduate Boy (33) employed in foreign collaborated concern at Bangalore getting salary of Rs. 1500/- p.m. and doing own business. Height 5' 9"/175 cms. Star Uthiram. Box No. 3160.

• Alliance invited for a Palghat Iyer Boy, Harita Gothram, Chithirai, working in Central Government undertaking in Kerala, from employed (transferable) Girls. Preference to Kerala Iyer Girls. Box No.3161.

• Wanted suitable Bridegroom for Nitrupa-Kashyapa Gothra Vadama Brahmin Iyer Girl of Bombay doing her final year B.Com., Aged 20 years, height 5' 2". Kindly correspond with horoscope to Box No. 3162.

• Alliance invited from parents of Cholia Velaler Pillai for a daughter of 25, 4.8', B.Com., graduated in Gujarat. Hockey player. Please apply with Horoscope and full details to Box No. 3163.

• For spinster, Tamil, Vadamal Gargaya Gothram, Star Punarvasu, 36, B.A. B.Ed., Teacher in Madhya-Pradesh. Groom around 40, educated, employed, same sub-sect preferred. Widower without encumbrances also acceptable. Box No. 3164.

• Marriage alliance for a divorcee Vadama Iyer Girl Kousika Barani Steno in Central Govt. Rs. 1500/- 35 years Graduate without encumbarance. Issueless widowers/divorcees working in Bank or Central Govt. 40 years considered. Send Horoscope to Box No. 3165. No dowry. Simple Marriage.

• Alliance invited for Saiva Pillai well educated Central Government Executive Madras, earning decent income. Mars Dosham from tall, fair, educated Girls within age 26. Reply with Horoscope full details at first instant to Box No. 3166.

• Wanted professionally qualified, Officer Grade Bride, really beautiful well accomplished, for North Arcot, city employed Doctor, 30 years, decent salary, tall, good personality, Kaundinya Gothram, Star Bharani. Mars in 8th house. Send Horoscope to Box No. 3167.

• Alliance for a fair good looking homeloving Divorcee Kasyapa Gothra Malabar Brahmin Girl Anisham age 23, without encumbrance under-graduate working as Stenographer in a Private Firm. Boys, widower, employed. Box No. 3168.

• Bharadwaja Tengalai Iyengar retired Gazetted Officer A.P. at Hyderabad invites alliance for his third daughter Punarvasu 2 Mithuna rasi. Born in April 1958, Graduate, height 4' 9" from Kilnata Iyengars. Vadakalai, or Tengalai. Engineers, Doctors, employees Central, State, Banks, L.I.C., height upto 5' 5" and age upto 32 years not deserving working girl. Decent marriage. Boys working at Hyderabad or Bangalore preferred. Box No. 3169.

• Wanted suitable match for Vadamal, Uttharam Star, Vadula Gothra, Graduate Boy aged 33 years. Settled in Poona, Sales Officer/Business. Box No.3170.

• Wanted Telugu speaking, well educated and decently employed Groom, around 32, for good looking. Padmasala Girl employed in a Convent School earning around Rs. 1300/-. Decent marriage. Age 27, Box No. 3171.

• Alliance invited from fair good-looking employed Girls for broad-minded Kongu Vellala Gounder Groom 25/160/900. Cast no bar. Box No. 3172.

• மாநில அரசின் உயர்நிலைப் பள்ளியில் ஆசிரியர் பணியில் ரூ ஆயிரம் மாத ஊதியம் பெறும் 33 வயதுள்ள (விவாகரத்தான) பெண்ணுக்கு (இந்து நாடார்), அரசு வேலையில் உள்ள அல்லது வியாபாரத்தில் ஈடுபட்டுள்ள பரந்த மனப்பான்மையுள்ள மணமகன் தேவை. விவாகரத்தானவரும், மனைவியை இழந்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதி மத பேதமில்லை. பெட்டி எண்: 3173.

• வடமாள் காஸ்யபம் கோத்திரம் 4 தமிழ் ஸ்மார்த்த பிராமணன் வடாற்காடு 5' 2" சிவப்பு நிறம். தனியார் துறை. சம்பளம் 350/– மணமகளுக்கு அரசாங்கம், தனியார் துறை கம்பெனி போஸ்டிங்கில் வேலையிலுள்ள 34/40 வயது பிராமண மணமகள் தேவை. ஐயரில் எந்த உட்பிரிவும் சம்மதம். குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3174.

• வயது 50 உயரம் 5' 4" கருப்பு நிறம். நான்கு மகள்கள், இரண்டு வீடுகள் மத்திய அரசு பணியில் உள்ளவருக்கு சென்னையிலிருக்கும் 35 வயதுக்கு மேற்பட்ட, படித்த ஆற்காடு முதலியார் பெண் இரண்டாம் தாரமாக. விருப்பமுள்ளவர் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3175.

• வெள்ளாள முதலியார் இனத்தில் நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரியான நான் 28 ஆண்டுகளைக் கடந்தவள். அரசு உத்தியோகத்தில் மாதம் ரூ 1000/–பெறுபவளுக்கு அதிகபட்சமாதிர்பார்ப்பில்லாத நிரந்தர உத்தியோகத்தில் உள்ள பட்டதாரி வரன்கள் கண்டிப்பாக ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3176.

• மாத்வ கன்னட பிராமணர், விஸ்வாமித்ர கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம், 21 வயது, 145 செ.மீ. உயரம், ஹையர் செகண்டரி பாஸ் செய்த பெண்ணுக்கு வங்கியில் அல்லது அரசுத் துறையில் நிரந்தர வேலை பார்க்கும் வரன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் பெட்டி எண்: 3177 க்கு பதில் அனுப்பவும்.

• நைத்ருவ காஸ்யப கோத்திரம், வடமாள், பரணி, எஸ்.எஸ்.எல்.சி. பாஸ், 26 வயது – ஒரே பையன் – (கொஞ்சம் சொத்துண்டு) – ரூ. 500/– மாதம் சம்பாதிக்கும் பையனுக்குப் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் பதில் போடவும். முகவரி: எஸ். ராமசாமி, 17, பாறை விநாயகர் வீதி, ஈரோடு – 3.

• Separate/Mutual alliance invited for Iyer, Vathima, Tharagayana Gothram Avittam S.S.L.C. Private employed girl 38, and for her brother 34, Poosam, S.S.L.C. employed in Govt. of India undertaking Madras. Employed girls preferred. Box No. 3178.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600032. (Phone: 431543). Assistant Editor: Manjula Ramesh.


அம்மா ஜீ?
பார்லே-G!
PARLE GLUCO
ஏன் 'பார்லே-G'?
நீங்கள் விரும்பும் ஒரு பிஸ்கட்டிற்கு
இது சுருக்கமான, இனிய செல்லப் பெயர்.
அது பார்லே க்ளுகோ என்பதில் சந்தேகம் இல்லை.
உண்மையில் 'பார்லே-G' என கூறும்பொழுது
நேச உணர்வு மிகுதியாகிறது. தவிர இப்பெயரில் அடங்கி உள்ள
ஜீவனுள்ள அம்சங்கள் ஜீவனுள்ள சத்து சுவையான பால்,
கோதுமை மற்றும் சர்க்கரையிலிருந்து கிடைக்கிறது.
ஜீவனுள்ள வளர்ச்சி ஊட்டச் சத்து நிரம்பிய
க்ளுகோ இதனை வழங்குகிறது.
ஜீவனுள்ள ருசி இது நீங்கள் அறிந்ததே!
PARLE
Gluco
BISCUITS
PARLE
Gluco
இதன் செல்லப்பெயர் 'பார்லே-G'
இந்தியாவில் அதிக விற்பனையாகும் பிஸ்கட்.
சுவை மிக்க சத்துணவு.

REGISTERED No. TN MS (S) 231

Registered as a Newspaper in Srilanka

இந்தியாவின் முதன்முதல்!

கிளியர்·டோன்

வைட்டமினைஸ்டு கிளென்ஸிங் மில்க்

ஆழ்ந்திறங்கித் துலக்குது, ஊட்டமளிக்குது, புதுமலர்ச்சி யூட்டுது.

வைட்டமின் E மூலம் சருமத்தைப் புதுப்பிக்கிறது...
ஆழ்ந்திறங்கி சேதமூட்டும் அழுக்குகளை வெளியேற்றுகிறது.

காற்றிலே அழுக்கும், மாசும் அளவுமீறிவிட்ட இன்றைய சூழ்நிலையில் உங்கள் மேனியைத் துலக்க எத்தகைய சாதனம் தேவை? சாமானியமான எதுவும் சரிப்படாது. உயரிய ஒன்றே தேவை.

இரட்டை செயல்புரியும் கிளியர்டோன் தேவை உமக்கு. இந்தியாவின் முதன்முதல் வைட்டமினைஸ்டு கிளென்ஸிங் மில்க்— இதனை ஆக்குவோர் நிகோலாஸ் லபாரட்டரீஸ். ஆஸ்ப்ரோ போன்ற பல்வேறு நம்பிக்கையான மருந்துப் பொருள்களைத் தயாரிப்போரின் படைப்பு. இது, ஆழ்ந்திறங்கிய அழுக்குப் படலங்களை ஊடுருவும்; கடுப்பூட்டும் ரசாயன மாசுகளால் விளைகின்ற சேதங்களைச் சீர்திருத்தும்; இளமை தளும்பும் புதுமைப் பொலிவுடன் திகழச்செய்கிறது உங்களை-- நாளொருமேனியாக.



daCunha/CLM/5/85 TM